





HIERONYMI
MERCVRIALIS
DE ARTE GYMNASICA
LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetustarum
genera, loca, modi, facultates, & quidquid de-
niq. ad corporis humani exercitationes
pertinet, diligenter explicatur.

Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiqua-
rum rerum cognoscendarum, & valetudinis conser-
uandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II.
IMPERATOREM.



VENETIIS APVD IVENTAS,
M D LXXIII.

1967/2000
11. 11. 2000
11. 11. 2000

11. 11. 2000
11. 11. 2000

MAXIMILIANO II.
IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.



*Si quando mecum diligentius
considero, MAXIMILIA-
NE Inuictissime, quot, quan-
taque Imperatores, summiq.
Principes pro hominum salu-
te, & tranquillitate tam bel-
lo, quam pace gesserint, in eam*

*facile descendo sententiam, merito, atque optimo
iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod
eos dignos existimarunt qui in Deorum immor-
talium numerum referrentur. Inter ea uero, quae
in humanum genus innumera contulerunt benefi-
cia magnam partem sibi uindicant artes pæne
omnes liberales, quas maximis propositis præmijs
non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando
iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplifi-
carunt, ut ipsi soli illarum auctores, & instau-
ratores propemodum uideantur. Id facile per-
spicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-*

gum scientiae, ceterarumque, sine quibus uita haec
nostra fere uitalis non esset, laudandarum artium
ortus, & incrementa memoria uelit repetere: sed
ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim
nota sunt, recensendo sim molestus, unum medi-
cae artis omnium utilissimae exemplum proponam,
quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum
quem hoc tempore praesefert splendorem, & ele-
gantiam non haberet, nisi Principum benignitas,
sine qua omnis plerumque languescit industria,
summis uiris illius auctoribus affulsisset. Etenim
quantum a primis illis temporibus quasi nascenti
medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon,
Alexander, posterioribus uero Attalus, Ptole-
maeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Justi-
nus, alij permulti, complurium Doctorum homi-
num monumenta testantur. uerumtamen ut alia
omittam in praesentia, non exigui momenti putan-
dum id est, quod magnificentissima, atque am-
plissima Gymnasia exstruxerint, inque ipsam artem
Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac prae-
fectos aluerint, qui homines exercitationibus, &
ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus
instruentes ad bene, beateque uiuendum uiam
communirent. Haec enim ars illa est, ob quam
olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenien-
ses, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut
saepe non maxima manu incredibiles hostium ui-
res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Scuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque causam id eos fecisse uerisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & provinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberissime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs periit, atque extincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit uindicari, ac iterum in hominum adspetum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij nervos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi provinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id unum scio, rem sicut maximae utilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia observaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, ut ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me causa impulit, ut, quamvis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepere- rim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uisitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitatio- num ex uetustis monumentis iconibus repraesenta-
tis

tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potius esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas est, in pristinum splendorem, in ueterem dignitatem & possis, & uelis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua soles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecunque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me
ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere
excellentes M. T. inserviunt, comparandum non
esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus,
non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt
ardentiora, aut observantia maior, ita aliquo inter
alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim.
Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani or-
bis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIO IO LXXIII.

LAURENTII GAMBARAE

BRIXIANI CARMEN.

Auxilio sicut Phœbi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios dissecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Arcubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce ætheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris lactos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentæ;
Confusus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam se se exercere relicto
Carcere maiores, populo spectante, solebant.
Hæc pars ad ludos spectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis se ostentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quæ incolumes seruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet insuper hæc pars,
Ordine quo possint homines extendere longum
In tempus dubiam ætatem, tardamq. senectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quæ latuere diu dispersa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quæ nunc distincta labore,
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἰππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
σύσασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὥδ' ἐποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν' ἀμυδρὰ περὶ ἔμπος.
τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄπρος ἀκετορίν Ἰερώλυμος, ἀθανάτων μιν
κῶτε θνητομένην αὖθις, ἔτευξε νόω
ὅς γοῦν ἴσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφάνει,
ἴσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιός ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυιδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὐνεχα τῶν τε σοφῶν Ἰερώλυμε ψηφῶνι ἀποισῇ
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάντα θλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

*Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
Fama tripertito nominis orbe uolat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
Exstinctas ueterum gymnasium nouat.
Maeste animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, sed tua laus hominum.*

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio
hi Libri conscripti sunt.

<i>Aeschylus</i>	<i>Cornelius Celsus</i>
<i>Aetius</i>	<i>D. Cyprianus</i>
<i>Afranius</i>	<i>Diocles</i>
<i>Agathinus</i>	<i>Dion</i>
<i>Alexander Aphrodisiensis</i>	<i>Dionysius Areopagita</i>
<i>Alexander Trallianus</i>	<i>Dionysius Halicarnasens</i>
<i>Antillus</i>	<i>Erasistratus</i>
<i>Aretaeus</i>	<i>Erotianus</i>
<i>Aristophanes</i>	<i>Euripides</i>
<i>Aristoteles</i>	<i>Eusebius</i>
<i>Asclepiades</i>	<i>Galenus</i>
<i>Athenaeus</i>	<i>Herodotus</i>
<i>Auerroes</i>	<i>Herodianus</i>
<i>Avicenna</i>	<i>Hesiodus</i>
<i>Aulus Gellius</i>	<i>D. Hieronymus</i>
<i>Ausonius</i>	<i>Hippocrates</i>
<i>D. Basilus</i>	<i>Homerus</i>
<i>Caius Julius Caesar</i>	<i>Horatius</i>
<i>Cassius Jatrofophista</i>	<i>Josephus</i>
<i>Catullus</i>	<i>Isidorus</i>
<i>Caecilius Plinius</i>	<i>Julius Capitolinus</i>
<i>Clemens Alexandrinus</i>	<i>Julius Firmicus</i>
<i>Coelius Aurelianus</i>	<i>Julius Pollux</i>
<i>Columella</i>	<i>Justinus Martyr</i>

Fuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ovidius
Pacuvius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrus
Posidonius

Propertius
Pub. Victor
Rales
Rufus Ephesus
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Sorannus Ephesus
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruvius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER PRIMVS

De Principijs Medicinae.

Cap. I.



VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post indutam paullatim cōsuetudinem penitus ignorarūt, (id quod primis illis saeculis exstitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usq. ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci *νατάψεις* dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia exstitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse.

Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos

coggerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tamen primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosus, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

Gymnastica.

A totam

3. de Repa-
bli.

In lib. qui
medic⁹ in-
scribitur.

totam mancam; nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
 Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius
 discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ua
 letudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagetem adde
 re uisi sunt, arbitantes non minus praeclarum, atq. artificiosum o
 pus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam impli
 citos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fue
 rat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis cu
 randis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est.
 An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus
 rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij tem
 plo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
 morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Stra
 bo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non E
 est: nisi quod cum fuisset mos liberatos morbis in templo eius
 Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis tempori
 bus usque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Grae
 cia, uerum etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella
 marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuen
 ta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere li
 cet, in qua graecae haec leguntur.

Lib. 19.
cap. 1.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαῖω τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ
 ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶσα δὲ τῇ δεξιᾷ ἐλθεῖν ὅπῃ τὸ
 ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τὰς πέντε δακτύλους ἐπάνω τῆ βήματος, καὶ
 αἶραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπὶθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέ
 βλεψέ, τῷ δὲ ἡμὸν παρῆσ' ὅτι, καὶ συγχειρομένη οὗτι τόσας ἀρεταὶ
 ἐγένοντο ὅπῃ τῷ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

*HIS CE diebus Caio cuidam caeco oraculum
 reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua fle
 teret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, &
 poneret quinque digitos super altare, & eleuaret ma
 num, & poneret super proprios oculos: & recte uidit
 populo praesente, & gratulante, quod grandia mi
 racula fierent sub Imperatore nostro Antonino.*

Λουκίῳ πλευρίτικῳ καὶ ἀφελπίσμητ' ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου,
 ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τρίβώμου αἶραι τέφρα, καὶ με
 τ' οἶνον

Α τοῖνου ἀναφεῖσθαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθῃ, καὶ δημοσία ἡνυχρεῖσθαι τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος σωεχμεῖσατο. id est:

LV C I O affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleretur cinerem, & una cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέρειντὶ ἱελίανδ' ἀφιλωτῶσιν ὑπὸ παντός ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τῆς τριβώμης ἀραι κόκκους
B ἑρβίλας, καὶ φάγειν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθῃ, καὶ ἐλθὼν δημοσία ἡνυχρεῖσθαι ἐμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

SAN GVINEM reuolenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄρρωστῶτι τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ λαβεῖν αἷμα ὅξ' ἀλεκτρονίου λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρίσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ἡνυχρεῖσθαι δημοσία τῷ θεῷ. id est:

C VALERIO Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,

Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec inquā ita essent, uerisimile fit, solam remediorum co-

A ij gnitio

Epist. 96.
8. Sympos.
proh. ix.

Cap. 171.

Lib. 2.
cap. 162.
In proh.

Lib. 25.
cap. 3.

6. de locis
affect.

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regu-
lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: cer-
tus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna,
sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac discipli-
nis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse,
nec non curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non
ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, q̃ plurimi
fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum
indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut re-
rum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandi-
menta, inexplebilis libido, immensa q̃ uoracitas, quibus, ut sa-
pienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morbo-
rum species genitae sunt, adhucq̃ quotidie gignuntur, quarum
aliae fero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq̃ pue-
ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit,
sic uiuente Pompeio, atq̃ Asclepiade aquae formido, seu hydro-
phobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephan-
tiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq̃ tar-
de medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij impe-
ratoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit
neminem ab hydrophobia usq̃ ad tempora sua liberari uisum; & si
Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus
ad eum morbum antidotum quandam cōposuisset, Barbarusque
quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod
Aetna quoq̃ de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi
tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, &
arente intra paucas horas exspirauit, ut nobilissimi medici neq̃ ge-
nus mali, neq̃ remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem
omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres
sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub
Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate menta-
gra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae na-
tae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracun-
culi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui cru-
ra atq̃ brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur
illico refugiebant, musculosisq̃ partibus sese includentes into-
lerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus mor-
bi se ab alijs auduisse, sed neq̃ naturam eius, neq̃ generationis ra-
tionem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficul-
tate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-
nodia

A nodia habentem minxit, sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulanti multo cum semine ciecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequabantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuersas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen asferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis

Libro 1. de
abstinētia
ab aīalib⁹.

B eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. *προφυλακτική*, siue *ὑγιεινή*, altera *θεραπευτική* nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem suscepserunt: quemadmodum etiam usq. ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod

C conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea ferre omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in gratissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

Gymnastica.

A in

T H N

,, ΤΗΝ ἰατρικὴν ὅπισθ' ἡμιν σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχά. D
 ,, νειν, τὸ ἐν γὰρ τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξέραν' πεφοι-
 In Epistol. græcis ual-
 riotum.
 τηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττεσιν. τὸ γὰρ ἀδινές τ'
 ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαίνόντων ἀρρώσθημάτων, ἐπα-
 νερθεῖται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τῆς δικαίας λογισμὸν συ-
 νωδὰ τοῖς ἀνθρώποις βασιλεύσι διασίζοντες, ἡμεῖς φιλανθρωπία
 κελέμεν, τῶν βαλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνερχομένης ἡμᾶς ἐν
 τοῖς λοιπῶν χρόνοις διέξω. id est:

Medicinæ scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius
 usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito
 prædicant, siquidem cum naturæ nostræ imbecillitas, tum mor-
 bi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos secundum
 iustitiæ rationem superioribus regibus consona obseruari præci-
 pientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E
 ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere.

De conseruatiuæ partibus, & quid tractandum. Cap. II.



VM igitur duæ sint medicinæ partes, una curatiua, al-
 tera conseruatiua, aut ἐν γενὴν nuncupata; Postrema
 hæc ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλα-
 κτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem:
 συντηρητικὴν, quæ præsentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν,
 a qua ualitudinarij reficiuntur: omnes autem istæ, quamuis ulti-
 mo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentæ, nihilominus & ip-
 sæ tantum multorum hominum additamenti splendorem acqui-
 siverunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F
 tum ob copiam eorum, quæ huic parti conseruatiuæ adferta sunt,
 tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus antea ceteris tem-
 poribus, quam nunc præstare uisa est: Ea porro, quæ ad hanc par-
 tem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quat-
 tuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac mul-
 tiplices res sub se complectuntur. tot namq. præsidijs bonam uale-
 tudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinæ auctoribus
 concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ προσπρεόμεια, τὰ κε-
 νέμεια, τὰ ἐξωθεν προσήπτοντα, καὶ τὰ ποιέμεια. Quæ enim
 exhibentur potulentis atq. cæulentis siue ciborum siue remedio-
 rum usum habeant, sinuntur. Quæ ex inanitioni subsunt, sudori-
 bus, stercoreibus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continen-
 tur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salugine, mari, oleo, & hu-
 iusmodi

A iuscemodi constituuntur. Agenda uero exercitationibus, studijs, uigilijs, somno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiusdem generis comprehenduntur; unde nulla res est, nullumue auxilium, quod ad sanitatem defendendam conducatur, quin sub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conseruatoriam artem quantitate, qualitate, & occasione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasijs autem siue exercitationibus, a quibus ars gymnastica apud ueteres ualde celebris constituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucissima, & fortuito, confuseq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnastica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forsitan ab alio numquam absolutam tractationem habere decreui, eo magis

B quod Galenus hanc haud ignobilissimam conseruatoriae facultatis partem esse scriptum reliquit: omnesq. fere testantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad custodiendam praesentem sanitatem, & ad ualitudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuersam conseruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem asferre; ut etiam nos uberrime demonstraturi sumus, ubi haec omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postulat, in hisce libris declarabimus. Primo, quid sit gymnastica ipsa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius species: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: postremo, quid sit illa qualitas, quantitas, & occasio, quibus haec ars tantopere bonae ualitudini conseruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno-

C quoq. exercitationum genere gymnasticae studiosis expectanda sint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere spero, q. in huiusmodi tractatione desiderari possit: quam ideo uehementius omnes ualitudinis studiosos amplexuros esse auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiua partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus superantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratissimi medicinae scriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa soluere, tum per sudoris meatus eicere posse; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praestare, quanto satius est nullo corporis nostri incommodo exigere, quae redundant, quam pariter & carne liquada, & solidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis associantur: exercitationes uero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas

2. d. tu. ual.
3. Prim.
doc 3. ca. 1.

A iiii quae-

vij. Symp.
prob. 4.

Lib. viij. de
Cyti Paed-
dia.

In Ana-
charsi.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac *συνάθεια* com-
paratur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium
sive exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum
auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur,
etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto
fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, la-
boresq. corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper
studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore ci-
bum caperent, ratus ualitudini, atque fortitudini perinde exerci-
tationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus
praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando
purgant triticum, paleas, ac spicas inanes statu propellentes, purum
autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse,
quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus,
confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigen-
tiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in
iuuentutem restitueret.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex.

Cap. III.



VATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota
conseruandae sanitatis facultas completeretur, exercita-
toriam quartae partis quandam partem esse nemo sa-
nus negarit: quandoquidem si exercitationes sub
agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conserua-
toriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exerci- F
tationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: &
proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profi-
tetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiun-
gentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippo-
crate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitatio-
nes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare,
quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant.
Quod si Hippocrates in lib. de locis in homine scripsit Gymnasti-
cam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione
opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem ha-
buit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uo-
cata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixe-
runt

Arunt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit, haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter, explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: *ἡ τέχνη γυμνασική ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν παντί γυμναστικῆς δυνάμεως*: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in

In lib ad
Thiaf.

B loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui causas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationū qualitates omnes, & earū causas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius existit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easq., prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice ex-

Cplicauit Polybus sub his uerbis: *παιδοτεῖβαι τὸιον διδάσκουσι παρὰ νόμον, ἀδικίαν δὲ καὶ ὀλέθρον, ὅσα πατέειν, καὶ ὀλέθρον, ἀπάξιν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ ἀσκήσεις*: id est: Paedotribae hoc edocent praecuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorū, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerum tamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatem notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

In primo
de dieta.

cam

cam dici obactum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem conten- D
dit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbi-
tram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum
una gymnasticae appellatione a materia, circa quam uel santur, ut
pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica
medicinae partes uno medicinae nomine saepe numero appelli-
tur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis sit, gymna-
staq. & paedotriba different, Aristotelis testimonio quoq. compro-
bare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reli-
quit: *Εν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομένης, ἀλλὰ πρὶ-
εὶ γῆρας ἔντι τελείαις οὖσαις μιᾶς ὅς τι θεωρῆσαι τὸ πρὶ ἑκάστων γέ-
νος ἀρμότιον, οἷον ἀσκήσεις σώματι πόρια τὲ πόριον συμφέρει, καὶ τίς
ἀρίστη (τῷ γὰρ κῆλλισι περὶ αὐτὴν καὶ κεχρηγηνόμην, τὴν ἀρίστην
αἰωγῆα ἄρμότιον) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E
τῆς γυμναστικῆς ὅς τι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἰκνουμένης ἐπιθυμῇ, μὴ-
θ' ἐξέως, μὴ δ' ἐπισήμης τῶν πρὶ τὴν ἀγωνίαν, μὴ δ' ἐν ἥττον τῶν παι-
δοτείων, καὶ τῶν γυμναστικῶν ὡς ἀσκηδῶσαι τὲ καὶ ταύτην ὅς τι
τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa
partem, sed circa genus aliquod perfecte existunt, unius est consi-
derare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qua-
lis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura di-
sposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessa-
rium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasti-
cae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum,
& scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymna-
stici est hanc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet,
tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pa- F
cto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distin-
gui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intel-
ligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita di-
cere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam om-
nium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarie-
tates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualitudinis conser-
uandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuen-
di. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque
perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum
etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent,
differentem ostenderem: Nam Iudi omnes antiquorum, tam Grae-
corum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq.
exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes
uersan-*

Auerſantur, circa quas gymnastica medica, ut in ſequentibus ſum demonſtraturus, quando in ſingulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaſque gymnastica locum habuerint ſeparatim planum faciam: nihilominus magnopere inter ſe diſcrepant, cauſſaq. talis differētiæ nulla alia exiſtit præter finem ſingularum, quo finē omnes facultates diſtingui ſcripſit Ariſtoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur ſeſe Dijs rem gratam illis ludis tamquam promiſſam fa-cturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Reſpub. & Reges, ac Imperatores ſtudebant, quo homines uoluptate demulſi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum eſſe ſcribit Plinius, ut, dum eos inirent, ſemper aſſurgi, etiam ab Senatu, in more eſſet, nec non ſedendi ius in

Lib. xvi.
cap. 4.

B proximo Senatu, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auiſ paternis, quod tamen ſeruis, quando illi ſimiles ludos inibant, conceſſum fuiſſe minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronenſis habebit, qui omnium diligentiffime, ut eſt ipſe omnium ſæculi noſtri in hiſtorijs longe uerſatiſſimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui poſſet athleta aduerſarium ſuperare, & coronam præmiaq. propoſita conſequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletæ uocati ſunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos præmij gratia certabant, quos omnes ſub nomine uitioſæ gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus eſt: Ceterum qui gratia belli exercitationes prædictas obibant, id non ob aliud

C agebant, niſi quo agilitatem, ac peritiā compararent, quibus poſtea, cum oportebat, hoſtes in pugna uincere poſſent: atque harum exercitationum diſciplina uſque adeo ſeuera apud maiores ſeruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod ſcribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profeciſſent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam ſub præſentia præfecti tribunorum, uel principum experimentis datis oſtendiſſent ſe omnes militiae exercitationes compleſſe. Ex quibus omnibus maniſeſtum eſt gymnasticam noſtram a prædictis differentem eſſe, & ideo ſumma cum ratione a nobis in illius definitione poſitum finem fuiſſe, qui eſt gratia ſanitatſ tuendæ, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres prædicti fines, a quibus

Lib. i. de re
mili. ca. 13.

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sunt, abunde de-
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una il-
lius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, ni-
si Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De Gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.



V M iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) expli-
cuerimus: eamq. ab affinis facultatibus seiunxeri-
mus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, conside-
rare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit archite-
ctonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem
non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat
proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: &
quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse ui-
deatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta ar-
tium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane
aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab
unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod
pluribus artibus, atque disciplinis reuera subiicitur, tali pacto ab
una consideretur, quod non ab alia: siquidem, prout naturale,
atque mobile existit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis,
uel morbi capax, Medico subiicitur: prout *εὐεχτοῦ*, idest boni habi-
tus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae
subiicitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus
itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sa-
nitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum
esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad
Thrasymbulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc
inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnas-
ticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit,
gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ue-
luti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica
a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum
in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram com-
parare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bo-
num habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel
causam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud
ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios
quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse
censuerint,

A censuerint, in quataлисars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inferuire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse **B** gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercēdis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerum etiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. Cap. V.



QUAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principiū habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto femina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse facilliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absōnum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticā naturalem homini esse, & ideo semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de
tu. ualet.

sticæ principia quaedam exstiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduernerint milites Graecos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & alijs huiusmodi, quæ post ad gymnasticam facultatem transierunt, sese exercuisse, sicuti octauo, & uigesimo tertio Odyssæe frequenter legitur. Sed quomodo, & quò ordine ad hanc artem deuentum sit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam assequi possumus ex illis, quæ Plutarchus in quinto Symposiacorum prob. 3. scriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius simplicia fuerunt, in quibus solum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his postea ad sacrificia res translata fuit, quando Deo sacra facturi, populumq. ad festa accedentem oblectaturi certamina instituebant, quæ a sacrificijs demum ad gymnasia paulatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. sanitate fruerentur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesq. superandos aptissimi euaderent: & propterea quando otia bantur, ne prorsus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus præmia ponebantur, quo & illorum uoluptate allekti, & spe præmiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disposerentur: & ob id Homerus secundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ δίσκῳ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν ἑρποντο, καὶ αἰγανέησιν ἔντες
Τόξοισι θ' :

id est: *At gentes in litore ponti
Ludebant discis, arcus, & iacula longe
Mittentes:*

Et uigesimo tertio:

Ἀὐτὰρ Ἀχιλλεύς
Ἀὐτοῦ λάον ἔρυκεν, καὶ ἵξανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄθλα, λέβητάς τε, τριποδάσας
Ἴππους θ', ἡμίονους τε, βοῶντ' ἵφθιμα κάρηνα
Ἡ δὲ γυναῖκας εὐζῶνους, πόλιόν τε σίδ' ἔχον:

id est: *Sed Achilles:*

*Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia splendida promens
Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bonum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.*

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ad bellorum, hostiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrecere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius concurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantque, & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorum gratia dumtaxat certabant, quae ἀθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu-

In 3. partic.
prob. 8.

B pati fuerunt, qui & ab Atticis ἀσκηταί, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerum etiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἀθλοί. Nam Olympia Pisis, siue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerunt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,

C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines exsistere: uerum enim uero crescente luxu, multisque a longa ualitudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus cquirendi finem

Tertio de
repub.

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque D
etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerifimi-
le est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent,
alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares,
& propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praec-
ptis, ac terminis concluderunt, atque ita artem totam pepererunt
γυμναστικήν uocatam *ἀπὸ τῆς γυμνάζεσθαι*, idest, ab exercendo,
quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum
obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror
quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, nec-
non quo tempore suscepit. Siquidem primum in bello Troia-
no dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde
post emanasse prouerbum In arenam descendere opinor) inter
se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. E
agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea ad sacrifi-
cia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina
retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, &
apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Denum ad
gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sani-
tate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis
conclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti
tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita lo-
quitur: Cor dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim,
quo neque industrius de iuuentute erat arte gymnastica, disco, ha-
stis, pila, cursu, armis, equo. Verum enim uero haec ars (ut testa-
tum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit,
quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros F
habuerunt, & ipsi ualitudine firmiores exsisterunt: sed postquam
crescente desidia in opidis otari, quam ruri laborare maluerunt,
Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut
idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula fatis fuisse,
quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium ma-
xima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio decli-
nante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam destructa fuerunt, &
simul cum ipsis ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varro-
nis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in fre-
quentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui
omnes medicos ea eate Romae aestimatos passim in morbis cu-
randis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab-
corum, quae supersunt, scriptis obseruari, aut qui Plutarchum
omnes

In secundo
de re rusti.
in prooc.

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lecti-
tarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti
usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praefer-
tim ad exercitandam sitim quae sitas esse praedicat. Itaque valde
alucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas ad-
notationibus Romanos gymnasiarum, & palaestrae exercitamen-
tis minime usos, nulla firma ratione probat.

Lib 3. Sym
po. prob. 6
Lib. xiiij.
cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum.

Cap. VI.



B

Gymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri so-
litam, quoniam supra statuimus, rationi modo con-
sentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, pla-
num facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gym-
nasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in se-
cundo de tu. ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gym-
nasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstru-
ctum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iacta-
bant, aut tale quippiam facitabant, quae loca ita nuncupata fue-
runt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur.
γυμνάσιον enim antiquissima uox etiam denudari significare ui-
detur, unde Martialis libro tertio.

Gymnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede

Exsummur, nudos parce uidere uiros.

Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum,
ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea
C haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iose-
phum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquan-
do gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loqui-
tur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem pu-
blicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras
porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs
Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde
etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum,
uel nullas exstitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is li-
bro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consue-
tudinis non fuisse praedicat: Nam qui primi gymnasia exaedifica-
se creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucia-
num, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit,
gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

B

instituta

In Anach.
dial.

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt, quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet.

*Argivas generatus itner urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenae,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaicas Lacedaemonis palaestras.*

In Anach.
dial.

4. Epist. 12.
m. 12.

In libro de
antiquis ro-
manibus.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia crexerunt, in quorum ciuitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀναδην-
μίζον uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυροσπηγές, ubi notii, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia uiles, ac spurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici poterit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermium, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercebantur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt:

Aperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaeestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse; ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc usq. diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vii.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae usum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabatur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis uersibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam unicuique persuasum esse, quantum in errore uersatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi usus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari confluxisse; scire debet in huiusmodi locis uaria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiusmodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, ut absque ullo impedimento diuersae, ac fere innumeratae exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re uersatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (ut semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guilandinus, uiri tum ob aciem in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuij quiescentiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atq. manifesta futura sit. Immo uero, si Octauius ipse reuisceret, non dubito, ut erat

B ij homo

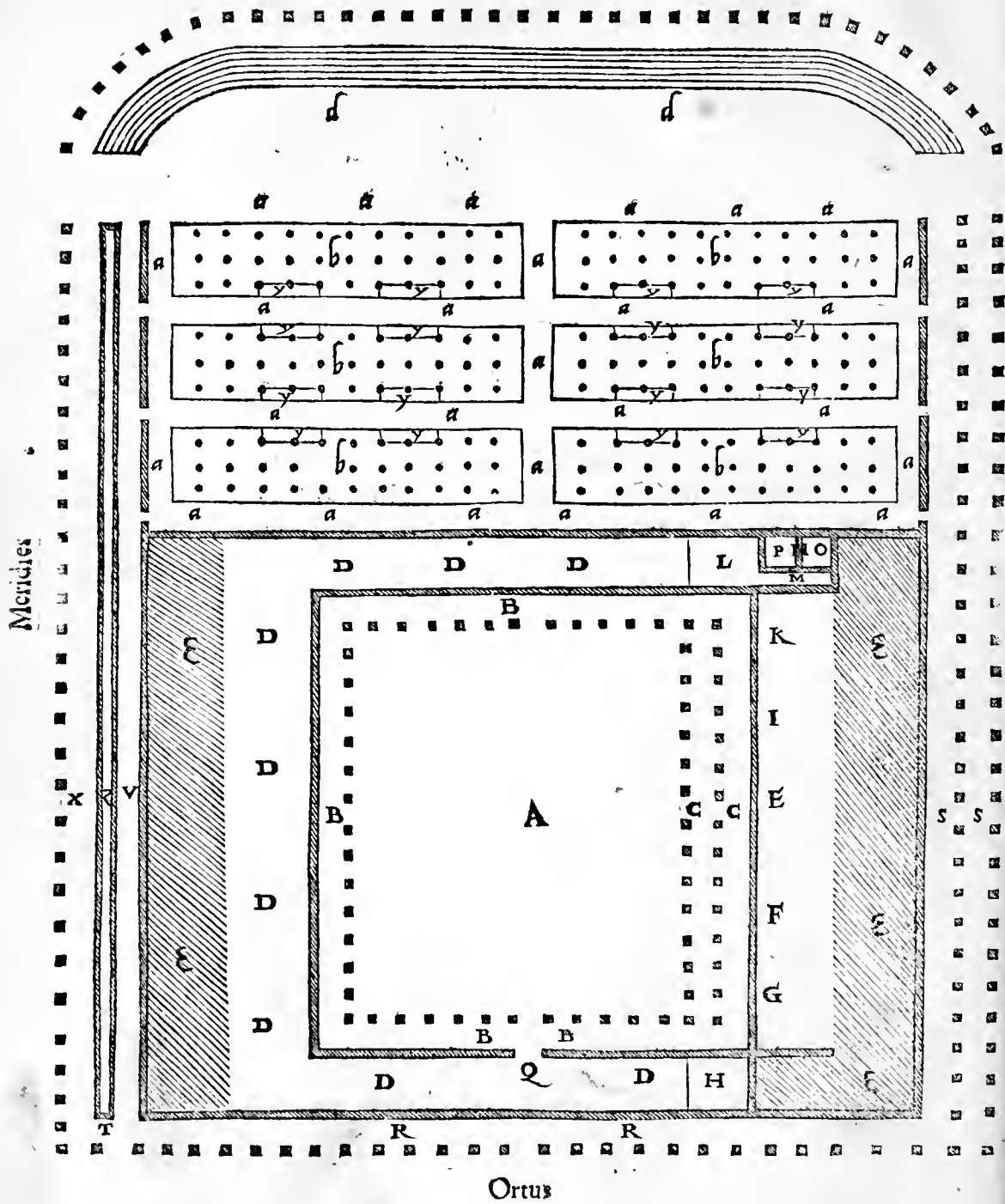
homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

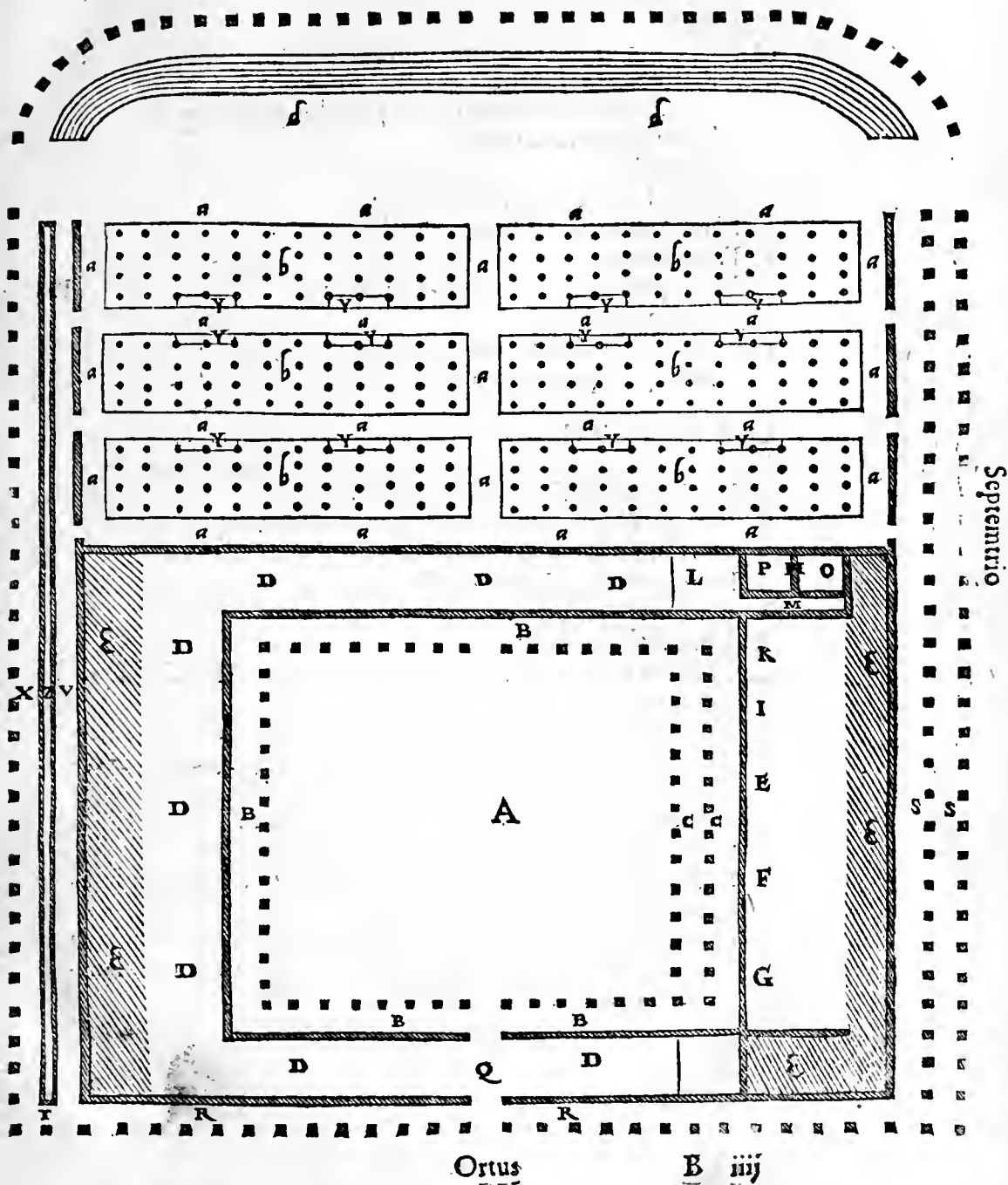
*De palaestrarum aedificatione & xystis, ex
Vitruuio Lib. V. Cap. XI.*



Vnc mihi uidetur (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos constituentur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, uti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitiōnem, quod Graeci uocant διὰυλόν. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. uti cum tempestates uentosae sunt, non possit aspergo in interiorē partē peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquiq. qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in uersura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρίον uocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in proprium in uersura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uersuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici caldā lauatiōnem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, una ex peristylīo exeuntibus, duae dextra, atq.

A atq. sinistra stadiatae, Ex quibus una, quae spectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumq. excavatum, uti gradus bini sint in descensu sesquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui uestiti ambulauerint circum in marginibus non impediuntur ab cunctis se exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos *ξυστός* uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, & duplicem porticum designentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci *περιδρομίδας*, nostri xysta appellant, in quas per hiemem ex xysto sereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xysta sic uidentur, ut sint inter duas porticus siluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signino stationes. Post xystum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare. Quae in moenibus necessaria uidebantur esse ut apte disponantur perscripsi.





- A Peristylum in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitum duum stadiorum.
- B Tres porticus simplices.
- C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuersa, quae duplex est.
- D Exedrae in tribus porticibus spatiosae, in quibus philosophi, rhetores disputabant.
- E Ephoebeum, idest exedra tertia parte longior quam lata.
- F Eoriceum a parte dextera.
- G Conisterium.
- H Frigida lauatio in uersura porticus.
- I Elaeothesium ad sinistram ephoebei.
- K Frigidarium.
- L Iter in propnigeum in uersura porticus.
- M Propnigeum.
- N Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens
- Q Exitus e peristyllo
- R Porticus extra palaestram prima exeuntibus.
- S Porticus secunda spectans ad septentrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.
- T Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.
- V Margines circa parietes.
- X Margines ad columnas.
- Z Medium excavatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali.
- α Hypetrac ambulationes proxime xystrum, & duplicem porticum, quae a Latinis xystra, a Graecis *πυλίδες* uocabantur.
- β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.
- γ Staciones ex opere signino.
- δ Stadium ita figuratum ut possent hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare.
- ε Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palaestra necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

*De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs
conueniebant.. Cap. VII.*



Antea, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersan-
tium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepe nume-
ro inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam
maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conque-
rebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis
Varro tempore suo testatur fieri solitū, his uerbis apud Nonium:
Ita uti soliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & mur-
murari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam,
praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque ge-
nus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reli-
quiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur,
inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat,
quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

Sed uos saeuas imponite leges,

Vt praeceptorum uerborum regula constet,

Vt legat historias, auctores nouerit omnes,

Tamquam ungues, digitosq. suos, ut forte rogatus

Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat

Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis
cuiusdā philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice
disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in qui-
bus litterariāe exercitationes obirentur, ex uarijs Galeni libris cog-
noscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia pu-
blica, & *ἀνδρῶν*. Inter quae scholam medicorum appellatam si-
quis recenseat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in
Esquilij aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus or-
natissima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligo-
rio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, non-
dum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, &
alia medicinae studioforum exercitia simile quid tractari solitum
fuisse, atque nunc in collegijs uocatis sit, quando & scholam eius-
modi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac
inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

10. meth.

Epist. 57.

Saty. 7.

13. Meth.

In lib. de li-
bris proprijs

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO

SCHOLAE. MEDICORVM

M.

In Eunu-
cho.

”

”

In 1. de ar-
tic.1 de ru-
ual.

Alterum genus erat Adolescentes, qui ut exercitationum obserua-
tiones, atq. modos addicerent, ad gymnasia accedebāt, ubi a gym-
nastis ipsis quascumq. cupiebant exercitationes, edocebātur; Ado-
lescentes liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōvincitur ex
illis Parmenonis apud Terentiū uerbis, quibus ille Chereā sub for-
ma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculū in litteris, fac in palae-
stra, in musicis, quae liberū scire aequū est adolescētem, sollertē da-
bo: id quod clarius infra demonstrabo. Tertiū genus erant Athletae
qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis, seu in sacris certamini-
bus possent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs po-
tiri. & quod hoc fuerit, practer Vitruuij auctoritatem Suetonius cla-
rissime demonstrat dū refert Neronē quandoq. gymnasiū ingredi
solitū, ut certātes athletas spectaret. Quartū genus erant omnes illi
siue nobiles, siue ignobiles, qui uel militaris disciplinae, & fortitudi-
nis, uel tuēdae sanitatis, & boni habitus cōparandi gratia uarijs ex-
ercitationū generibus incumbabant. atque inter hos Galenum no-
strum numerare possumus, cum scribat se anno aetatis suae trigesi-
mo quinto passum fuisse luxationem summi humeri in palaestra.
Quintū genus erat eorū, qui fabricabātur, licet enim frictiones fie-
rēt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq.
siue ulla exercitatione seorsum ab alijs, ut de Vespasiano tradit Sue-
tonius, solum fricabātur, quod intelligi potest ex Galeno frictionē
ad exercitationes praeparatoriā a reliquis distinguēte. Sextū genus
erant, qui lauabantur, atq. hi erant tū nobiles, tū ignobiliore. Hoc
tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras
propriās in cellis alioqui cōmunibus habebāt, ubi soli diuersis tēpo-
ribus lauabantur, multi erant qui etiā sola uel lignea, uel argentea
(quod recitat Plinius) secū ferrēt, ne pedes nudos collocarēt ubi ui-
lisimi quiq. ponebant, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum
imperatorē lauari solitū, ubi plebs lauabatur quod & Titū Caesar.
fecisse scribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in
gymnasijs reperiēbantur, quoniā uel exercitationum uel balnearū
gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectato-
res (neminiſtros, de quibus infra loquēmur, nunc recenseam) in
gymnasijs conueniebant, qui non ob aliud, nisi ad uidendos exerci-
tatores.

Atatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebāt. Quo in loco id etiam animaduertendum cenſeo, diebus feſtiuis gymnasia magis frequentata fuiſſe, quando artifices, aut alijs ſeruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uerſabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uerſaretur, quemadmodū niri, nil certi affirmare auſim, niſi quod Romanā maiestate illud dedecuiſſe uidetur, facileq. fieri poteſt, ut impurae aliquae & ſpectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice uerſarentur in gymnasijs, necnon in locis ſeparatis, quae ibi lauadis feminis ſolis exſtructa eſſent, perinde ac in priuatis balneis honeſtae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri loco natae, quā illuſtiores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore reſerat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentaſinas beſtas per omnia ſecum trahebat, & balnearum etiam ſolio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum ſcripſit.

I. lib. II. ca.
41.

Sat. 6.

aut pingua Poppaeanā.

Spirat &

Incipit agnoſci, atq. illo lacte ſonetur

Propter quod ſecum comites educit aſellas, in quem dealbādi corporis uſum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrū, aphronitrumue in balneis uſurpaſſe meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaeſtris exerceri ſe conſueuiſſe, praeter alios, ſatis teſtatum facit Propertius libro tertio

r. de alime.
fac.

*Multa tuae Sparte miramur iura palaeſtrae,
Sed mage uirginei tot bona gymnaſij,
Quod non infames exercet corpore ludos
Inter luētantes nuda puella uiros,
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & uerſi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas ſtat femina metas,
Et patitur duro uulnera pancratio,
Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris
Miſtile nunc diſci pondus in orbe rotat.*

Neq. de hoc Spartanorū more quiſquam mirari debet, quando & Plato in quinto de repub. grauiffimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum ſtatum maximopere conducere, ſi mulieres tam iuuenes, quam ſeniores una cum uiris nudae in palaeſtris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an ſapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex conſuetudine conſequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non eſt loci. exanimādi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D



ITRUVIUM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis constat, quādo nondū Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorū gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile sit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parū ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorū magis principales explicaturus haudquaquā solas a Vitruuio significatas in medium afferā, sed illas nullo sitis ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoris traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris exstitisse: quāquā Vitruuij auctoritatem numquā multi faciendā existimaui, nempe quē *παράδοξόλογον* & sua aetate minime aestimatū puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quādo scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebatur, quod etiam a nullo sere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorū catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnā certe ipsius exisimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorū partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discū quā philosophū audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodē gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorū crepitus audientes relicta sapiētiaē schola ad proximū certaminum locum erumpabant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operā nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedā, & possent facillime post animorū exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinē iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. exstat enim Lampridij auctoritas, Alexandrū Seuerū post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristrio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephēbaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercēdi genere pactio-

Anes tacere solitos, qui simul exerceri, ac certare uolebant: quāquā sciā Philandrū eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes excerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Guilielmum Choulū, qui in suo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextum annum pueros commercium ullū habere uetabant, hoc uerū fuerit, affirmare non auderē. Neq. item negare possumus, Galeni tēpore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cū is cuiusdā aegritudinis, quā Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestra acquisierat, mētionē faciat: & praeterea in secūdo de tu. ual. sic scribat: *ὅτι τῶ δὲ καὶ ὅς τις ἀναρρίχῃται διὰ σχολίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τὰς παῖδας εἰς ἐντονίαν παρασκευάζοντες.* i. Sic autē, & qui-
B cumq. per funem scandit quemadmodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, nisi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertissime testatus esset, vbi Lydus Pistocleri paedagogus patrum erga filios sui temporis indulgentiam taxans de antea acti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis uiginti fuisse primis copiam

Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus

Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras

Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:

Idq. ubi obrigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum

Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.

Ibi cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila

Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.

C Vnde mihi cōijciendū uidetur pueris summo mane palaestrā adeū di praeceptum fuisse, ut uirorum, qui tunc non aderant, commercium uitarent, atque etiā litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandū eorū amorē sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrūq. agere uolebant, inferuiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Nisi enim Coriceū apud Vitruuiū talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniū maxime necessaria existisse dicendū esset, quam nedū in publicis gymnasijs, uerum etiam in priuatis affuisse credo, si quidē Plinius Caecilius in descriptionibus uillae suae Lau-

In lib de p
cogni. ad
Polthu.

22

Lib. 2. & 3
Epist.

ren-

rentinae ac Tuscorū apodyteriū inter alia adnumerat: unde illorū D
sententias probare nequēo, qui Coryceū in Vitruuij textu legendū
putarūt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis ageretur, aut cou
riceū pro tonstrina, aut coriceum tāquā in eo puellae, & uirgines
ποράς a Graecis uocatae exercebantur. Quarta pars erat eleothesiū
Li. 2. epist. a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariū uocatū, at
que in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas initari un
gebantur, redungebanturq. Sed, quoniā opportunitas rei postulare
uidetur, ut de hoc gymnastico ungendi munere uerba faciā, neque
Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, idest de ungendi ratione ci
tatus ab Athenaeo liber hodie exstat, quattuor ego dicā: primum,
quando, & qui ungerentur: secundum, quae esset unctionis ma
teria: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo,
& a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exer
citaturi in gymnasium ueniebant, maiori ex parte spoliabantur in E
apodyterio: postea horum nonnulli, & praesertim qui uel luctam,
uel pancratium inire intendebant, (nā pugilatores, cursores, ac alij
multi unctione non egebant) alipteriū ingredientes ungebantur,
atque ita uncti ad locū, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, tran
seuntes puluere conspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes
diuersas diuersi prodibant: postquam uero sese, quantum libuerat,
exercuissent, iterum ad unctuariū reuertentes ibi a Mediastinis,
& Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

*Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,*

detergebantur, in qua deterfione oleum, puluis, & sudor, quae de
radebantur, simul mixta in usum medicum adseruabantur, & ab At
ticis κορίταλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Pli F
nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tamen si Auicen
nas libro secundo faciat mentionem etiam sudoris sicci athletarum,
quem puto fuisse illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. &
quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihi
lominus balnearum strigiles plerumque spongiae erant, uel linci,
neque communiter semper administrabantur, sed quisque pro
prium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum a
lijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

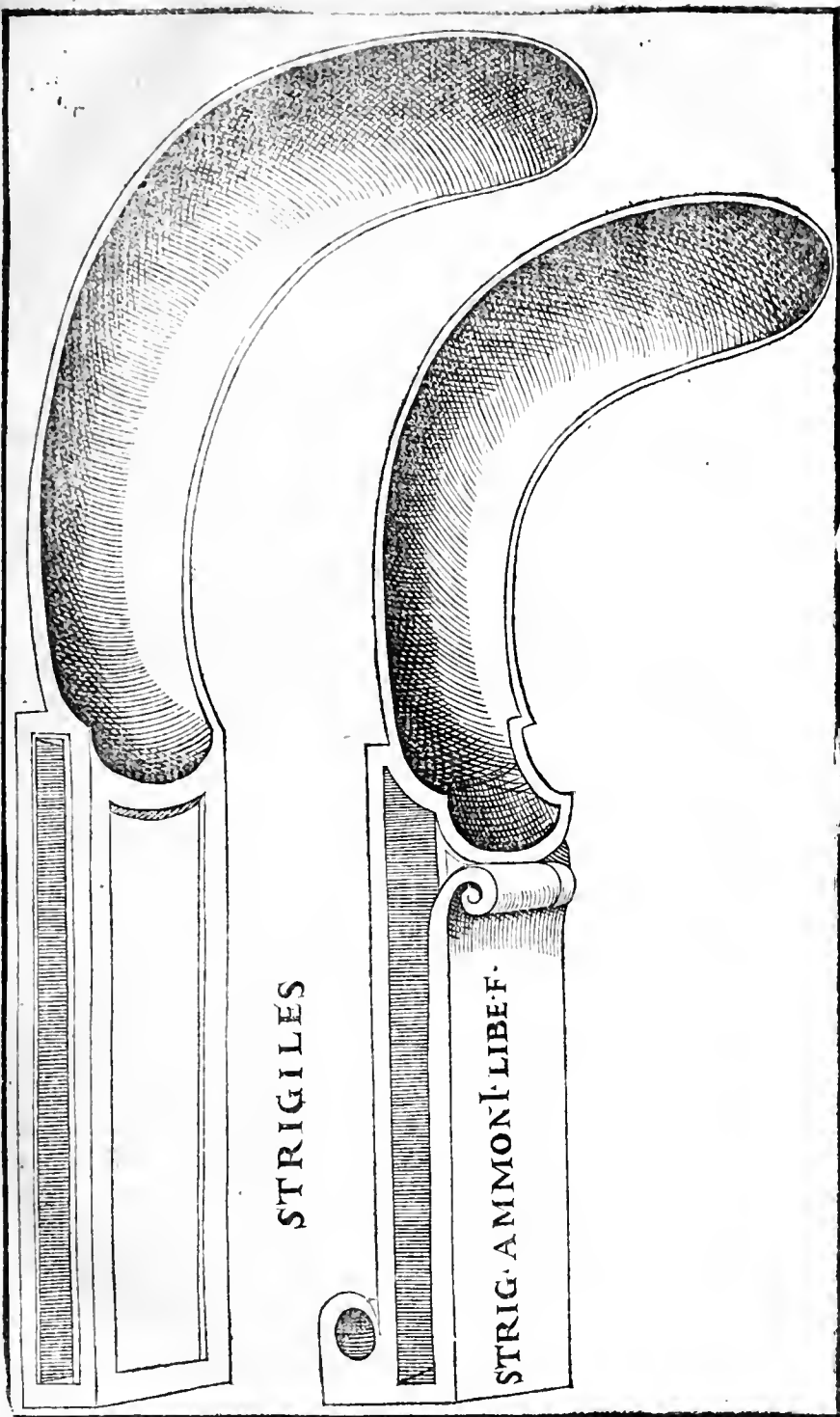
I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autē erant, uel aurei, uel argētei, uel cornei, uel eburnei, uel
aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus rade
bantur. Aerei strigiles erant quorū pictura hic ponitur, quiue olim
inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.

Lib. 1. c. 3.
Lib. 34. c. 8.
Li. de sim.
me. 81. & 4.
de ru. ua.
Libro. 5. &
10. de sim.
med. &
lib. 2. c. 17.

STRIGILES

STRIG. AMMONI. LIBE. F.



Deterfi tandem iterum diligentiores aliqui ualitudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-
bantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li. 21 c. 19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempo-
ra, interdum post balnea, quod Homeri temporibus obseruatum
legimus, ut in 3. Odyf. *Αὐτὰρ ἐπεὶ λούσεν τε καὶ ἔχρισε λίπ' ἐλαίῳ*, id
est, Postquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.
τοὺς δὲ ἐπεὶ δμῳαὶ λούσαν, καὶ χρίσαν ἐλαίῳ, id est, Hos autem post
quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-
te, sicuti refert Galenus vj. de ualitudine conseruanda. De Archi-
mede quaedam apud Stobaeum scitu digna leguntur: cum s. abaco
incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui ab-
tractum ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas saepe designare consueuisse. Materia unctionis
pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, &
aqua mixto ungebantur: Is enim quinta problematum particula
scripsit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-
tur, magis lasitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam
ita interius penetrās exsiccata membra humectat. auctor est Plinius
Lib. 15. c. 4. Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia
inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scythae esse insaniae pharma-
cum, quoniam eo peruncti athletae insanirent. Butyrum quoque
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum,
interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in usu fuisse
testatum reliquit Plinius, & post ipsum Galenus: fuit & aliud mix- F
turae genus posterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix-
tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue-
nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-
rum amisisset dicit: sicut & apud Martialem libro quarto:

Seu lentum ceroma teris

& libro V.

Vana nec iniecto ceromate brachia tendis.

& lib. VII.

Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilis
simis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes
adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini in serui-
bant, atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quā
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum-
amo-

li. 11. ca. 14.
& lib. 28.
c. 9.
3 de alimē.
tac. c. 15.

A amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demum praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auditoribus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, *ὑμνωσίων*. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait.

Prob. 119.

B *Auxilium membris calidas infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimum usum pulueris existitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerent, neue sudore diffuerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de causa a Martiale pulvis ille *ἀφή* uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxiippus, & Dioreus apud Pausaniam, *ἀκοντί* nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens.

C *Quis circum pagos, & circum compita pugnae
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?*

lib. 1. epist.
1.

Ex quo satis mirari nequeo Budaeum, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, *ἀκοντί*, id est, *ἀνδ' ἀγώνος*, seu sine certamine dictum esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inferuisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natua caliditas exspiraret. quamquam

6. de tu.
ual. c. ult.

Gymnastica

C

etiam

etiam aliqui deliciores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D
unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immodera-
tum sudorem, ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de qui-
bus Martialis.

Quid quod olei grauius mixtum diapasmate uirius.

li 13. c. 2. &
li. 21 ca. 19.
lib. 1.

Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est
tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipfos fricassent, ma-
nibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicissim unctum;
quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasti-
cis, atque reuñctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad ma-
iorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuersum cor-
pus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout
temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias
frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut pluri- E
mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci
κονίστρα uocatum, quinta gymnasij pars, in quo positus puluis con-
seruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regio-
nibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam
habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarchaeae translatus pulvis arenae,

lib. 35. c. 15.

& Aegyptius, quē Romā in hunc usum aduehi solitū refert Sueton-
ius in Nerone, quemadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis
libertum ex Nilo arenā tenuissimam non multū a Puteolano pul-
uere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse,
eandemq. a Leonato Cratere, & Meleagro Alexandri Magni duci-
bus cū reliquis militaribus cōmercij portatā. cui forsan haud absi-
milis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describens loquitur. F

Inquies uicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philem irridens, quod Palaestritarum exercita-
tiones iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab il-
lo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum in-
seruiebat. ἀφην namq. tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.



ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in
palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniun-
tur, Philosphorum cedras, Ephebaeum, Apodi te-
rium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc
ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, par-
tim

Atim ab ipso met explicatas prosequemur. Erat itaque sexta pars locus quidam palaestra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatum, appensionem manibus ad funera stare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita persistere, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneū, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q. F. prima, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat necnon Virgilius quinto Aeneidos.

In Bacchidibus.
2. de tu ual. ca. 9.

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partem, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit

6. collec. c.
14.
De Berecithim.
li. 1. ca. 36.
li. 5. de sim. med.
lib. 1. de legibus.
lib. de claris Orat.
lib. nat. hist. 27. c. 4

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasiis?

Miser ah miser. & Afranius scribens,

Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest, Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

C Quo. l. autem a palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruantur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmenta quandoq. a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarū interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyriōnem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* necnon Plato in Charmide pro Tauri palaestra locum significauit ubi uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum,

Prob. 4

C ij ubi

2. de tu.
ual. cap. 9.

22 τοιαῦτα ἐν χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύνανται γίνεσθαι
23 καὶ ὅτι οὐκ ἐν χωρίον ἐπὶ κροτον ὀρθῶν ἐσώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
24 ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκούντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
25 λείσρας δέεται: idest: Sed & haec absque palaestra, & alto pulvere.

in quocumque loco conculcato crectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto pulvere, uel palaestra opus habent. Cui ita responsum uolo, etiam in palaestra fuisse stratum pulverem, sed humile, E ac modicum, ita quod duo fuerint loca pulvere strata, alterum palaestrae, alterum extra palaestram: in illo pulvis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroque usus erat, tum ut certantes firmiter contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiam ut qui in terra deiecebantur, minus laederentur: At altus pulvis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto pulvere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se contulisse: quod exijs esset, qui F illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasijs pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cuncta pilae exercitia, quae plurima existisse infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristirium una cum alijs exstructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Plinium, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisque sphaeristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque cir-

libr. 11. de
usu partiū.
& li. 4. cau-
sis proca-
turticis.

lib. 2. c. 4.

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauennae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristrium & hypocausta & quaedam ipsius ualeitudini apta sua impensa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in sphaeristrio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quādo & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) sibi met ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, nec non tota peristylj area quae & ad subministrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad spatium, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum cōculcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor it auocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantum solo forent. In his cursum factum existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quam perystiliorum quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraque apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocant porticus rectas ubi athletae per hiemē & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambulant; atque has *αὐτοδρομίδας* a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus constitae ad praestandum amoenitatem, atque illis, qui a sole offendeabantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De iisdem quoque Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomachus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationem in uiiis, quam in cursibus sub hisce uerbis: *Τῶ δὲ σῶ καὶ ἐμῶ ἐταίρῳ περὶ θόμηνος Ἀκουμένῳ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ* ,,
,,
,,
,,
,,

li. 2. epist.
& 5.
lib. 17. c. 16

lib. 12.

Loco citato.
In Oecon.

μαὶ τὰς ἀειπάτας. φησὶ γὰρ ἀνοπώτερος τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, **D**
 idest, Tuo autem, & meo socio obtemperans. Acumenos, in uijs am-
 bulationes facio, nempe: quas minorem lasitudinem ijs, quae fi-
 unt in cursibus, parere dicit. Id. quod si Ficinus recte pensitasset,
 melius Platonis uerba in nostram linguam transulisset, sed de hac
 re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eas-
 dem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dia-
 logi sui dixit: ἀειπατῶντί μοι ἐν τοῖς τῷ ζύσει ἀειπάτοις, hoc est,
 ambulanti mihi in xyfti ambulationibus, quod eius interpretes haud
 exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis de-
 putasse & in suis iuxta Neronianas disruptis aedificijs Alexandrum
 Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam plata-
 nones & xyfta Graecorum.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio. Cap. X.

E



3. com. de
uic. acut.

Epist. 87.

lib. 6.
lib. 1. Sil.

DE CIMA gymnasiorum pars fuit Balneum, quam ob
 delicias, atque sanitatem omnium maxime aestimatā
 fuisse certum est, quamue cunctis alijs maiorem, & pul-
 chriorem extitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus
 sua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur,
 quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usque ad
 Asclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut scribit Galenus non-
 dum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uideban-
 tur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis bal-
 nea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae ne-
 cessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbif-
 simis marmoribus exstruebantur. ut interim non omitam quanta **F**
 priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia,
 de qua scriptum est a Seneca, quod quisq. pauper sibi uidebatur,
 ac sordidus, nisi parietes balnearum magnis ac pretiosis orbibus re-
 fulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta
 fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circum-
 litio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argē-
 tea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil susti-
 nentium ornamentum silcatur, quod Libertinorum balnea habe-
 bant, ut nil nisi gemmas calcare uellent. Etrusci balneum a Mar-
 tiale, & Statio elegantissime descriptum qui lectitarit, non poterit
 maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum fa-
 tis admirari: sed de his satis. Ut autem de gymnasiorū balneis paul

Alo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iā Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primā horum commētarij editionē uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae uasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando laueretur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquā dulcē uel pluuiā collectā, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corruatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenū, aliosq. saepe numero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegrotis, aut ualitudinarij utebatur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus, nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nō

B contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperiō, frigidam lauationem siue λῆτρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasariū. Haec omnia loca cōcamerata & fornicū modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarū reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lautio, siue λῆ-

Cτρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriū a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quādo similis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequiebantur siue ob ualitudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quē rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauasse scribit Lampridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalū numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croci, alij sive pretiosius unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiiebantur, ut possent aestate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piscinā pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist.
ad. Q. Fra.
epist. 1.

positā fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigidaria lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parū distabat, adeo quod loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephibaeū, frigidam lauationem, & reliqua loca transire necessum fuisset: tum quia probabile est in Ephibaeo homines saepius inueniri consuefse, a quibus loturos haud quaque nudos conspici honestum erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quam ruri apodyterium quoq. fuisse balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasterium temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidarium ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus, x. Methodi libro partes balnei enumerās quattuor statuit, calidarium, calidam lauationem, quam *λετρον* uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquā hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliā *λετρον* uocent, quandoquidem non est rationi dissensu, utraque eo nomine designatas esse, cū in ambabus homines lauarentur. Frigidario adnexam tepidariū duobus hominum generibus in seruiebat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriusque ob uoluptatē, siue uoletudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursus a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur, quousque ad alterum eorum citra noxam recipiendum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuississet, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicum, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniuncta

2. d. re. ruf.
in pro. 5.
epist. lib.
3. d. tu. ual.
20. col. c. 6.

lib. 3. epist.
ad Q. F. (P.
primam.

Acta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cōtra sui temporis mores scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat, cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait.

Li. 5. c. 14.
lib. 2. c. 16.

li. 3. ad Q.
F. epist. 1.
In pro.
li. de reru
stic.

B

*sane myrteta relinqui
Dictaq. cessantes nervis elidere morbos
Sulphura*

li. r. ad Val
lam.

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicum uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuisset intelligere ualeat. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis.

lib. 5. c. 10.

*Ritus si placeant tibi Laconum,
Contentus potes arido uapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.*

Lib. 6.

CScio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniā mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludū pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cōsueuisset tradit Plinius, exercerēt: fuisset namq. (ut est in pro uerbio) camino oleū addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem.

nam taxat quendam, quod in Laconici folio copiose exspuēdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λῆτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D Galenum viij. de composit. medicam. sec. loc. uocasse ζεσόν. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquā est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Bālneis gymnasiorū construendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum priuatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus. quoniam si illud sub concamerata sudationē intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatione tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non habere. E. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, αλειπήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit, nisi uelimus penes Antiquos βαλανείον significasse totum gymnasiū ipsum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerūt & innumera fere priuatorū balnea, quae & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inferuissent, primo hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tū aquam, tum praedicta loca ignis succēdebatur, & ne exstingueretur a feruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarū apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldarium ita sternendum esse inclinatum ad hypocaustum, uti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci.

Crepantis

Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat

Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuius manifestum esse potest, in quam graui errore uersentur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idē fuisse crediderunt. Auctor est Seneca epist. xc i. tempestate sua inuentos esse parietibus

Ab us impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero calorem iramitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Aufonio in Mosella sic expressum:

*Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammis,
Inclusum glomerans aestu exspirante uaporem.*

Horum autem tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedam erat propnigeum, quasi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen-

Bdam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fistulas corriuandam. Non longe ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa conseruabantur balneorum seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos

lib. 5. c. 10.

Cad octauam horam uersas construxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, sub quo labrum exstruebatur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quae superius capiebatur, obscurare poterant. De aeris porro intra balneum existentis statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauisimis scriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat *Huc*

lib. 9. coll.
Cap. 10.

Epist. 87.
lib. 8 sym.
prob. 9.

Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

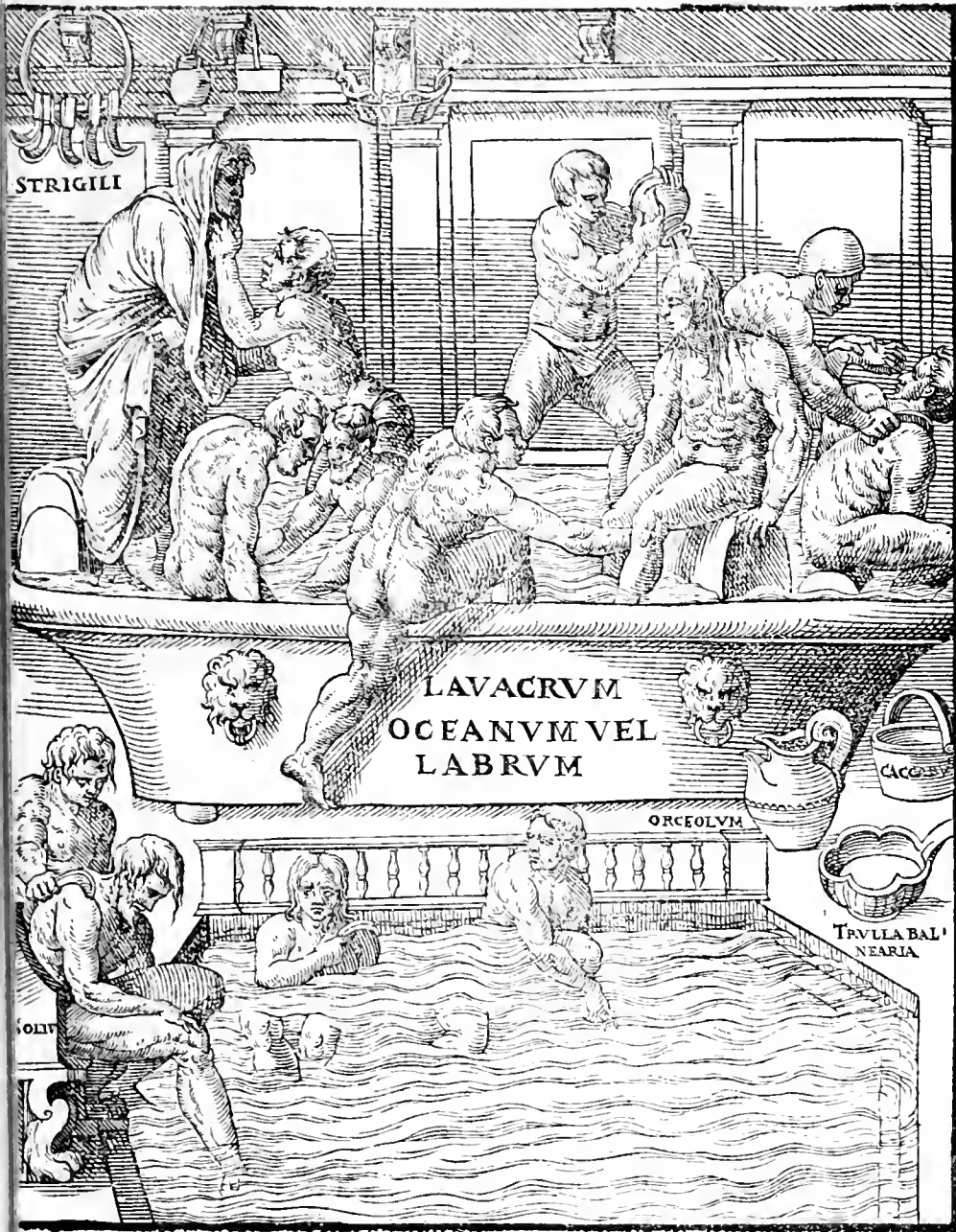
Quales

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quinto.

*Si temperari balneum cupis feruens
Faustinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauctur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.*

Epist. 87.

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchum floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro comperto habeo: etsi Seneca testatur apud ueteres hoc quoque nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetudinem abiisse, ut balnea tunc similia incendio forent. Vasa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calda lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierent; attamen in publicis quoque, sed ob priuatorum forsā usus, exstisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia oualem, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerum antiquarum monumentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus. E
F



Lib. 7.

Lib. 9.

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis man data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten tarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.

*Non silice duro, struſtili, ue caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pincaq. compage
Ut nauigare Tucca balneo possit.*

Tongillum quēdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, cre diderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Exitus hic est

Sat. 6.

*Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & uexat lutulenta balnea turba.*

E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta no tari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis lo quor, & gymnasiolorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetu dinariorum lauacionibus sermonem haberi nō postulat locus) Pri mam balnearum institutionem semper fuisse existimaui, ut quoti dianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui sin gulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus; aut sal tem infrequens esset; magna q. ex parte corpora nuda ferrenta pul uere, & omni alia illuue conspurcabantur, atq. inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singu lo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est sicuti namque primi illi locum, ubi inuentus Romana exerce batur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponen das inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemad modum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitatio nes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda cor pora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die ce nandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copio se demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque molli tiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

ab.

Libro 1. de
re milit.

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore arduentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos, uti consueuissse quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de causa interiisse, ex relationibus eorum, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuassissent balneis arduentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efficerentur.

In libro de tu. ualer.

Aetius li. 6.
cap. 10.
L. b. 29.
cap. 1.

B Summatim ob quattuor causas balnea in usu existisse scribit Clemens Alexandrinus: ἡ καθαρὸς τοῦ σώματος, ἡ ἀλγέα, ἡ ὑγεία, ἡ τὸ τελευτᾶν ἡδονή, siue ob corpora mundanda, tepesciendae, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπώγναστα uocantur. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balneas ea adhibebatur, quae usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massiliensis, damnato calidorum balnearum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at-

Lib. 3. pac.
dag c 9.

C que in lacus aegros mergebat. qua de re exstat Senecae ad stipulationem, sese psychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium) ad prorogandam uitam, multa q. alia praestanda, frigida lauacionem conferre opinati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepe numero a cena cum aegre in somnum delabor, propter aestum, in frigida descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingredi elantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.

li. xxvij.
cap. 4.
li. x. colle.
cap. 7.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur.

,,
,,
Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum

Rex ibis

& Iuuenalis.

Sat. 6.

Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib. 10.

Queritur tamen Martialis, quod pluri sibi balnea constarent ubi D
scribit, *Balnea post decimam lasso, centumq. petuntur.*

Quadrantes.

3. de comp.
med. f. G.

Quod forsitan uel ob diu-
turniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs
contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse:
quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo consti-
tuisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cū ita uili pretio liceret,
nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuue-
nes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabātur: sed prae-
caeteris, phonascos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoe-
dos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam,
& assiduus uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione
curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in
his de Menophilo uersibus significasse.

E

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,

Vt sit comoedis omnibus una satis.

Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)

Sollicitum uoci parcere Flacce suae.

Dum ludit media populo spectante palaestra,

Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, in-
fibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum
balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymna-
siorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum
& una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse
credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei
muliebris mentionem ibi facit.

F

In fine. 2.
•pc. & dic.

Μηδὲ γυναικείῳ λούτρῳ χροά παιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi &
faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas
fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod
praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac men-
struis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. qui
bus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius
acris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Roma-
nos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue la-
uandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare
audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educa-
tioni Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis te-
stimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem
saltem

Altem loco etiam antiquitus lauiffe comprobatur, qui libro de analo-
gia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bin3, unum
ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus
in oratione de promulgatis legibus idem confirmare uidetur, cuius
uerba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrū-
que sexum simul lauari, sed commoditas cōiungi desiderabat. Ni-
si dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla,
uel angustissima, & uilisima exstiterē, sed de priuatis esse intelli-
genda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque
sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero postero-
ribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurimum
probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter
quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum femi-
narum mores carpens haec scribit.

lib. 10. c. 5.

lib. 5. c. 10.

Sat. 6.

*Gravis occurſu, taeterrima uultu
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri
Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,
Cum laſſata graui ceciderunt brachia maſſa
Callidus & criſtae digitos impreſſit Aliptes,
Ac ſummum dominae femur exclamare coegit,*

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non uideat mulieres tempo-
re Iuuenalis publicas balneas aduiſſe, ibique & exercendo, & la-
uando ſine pudore ullo ſe uiris immiſcuſſe. quod ſimiliter eiuste-
peſtate Martialis confirmauit.

*Omnia femineis quare dilecta caternis
Balnea deuſitat Blatara? &
Cum te lucerna balneator exſtineta
Admittat inter buſtuarias moechas.*

Lib. 12.

lib 3 in Ve-
tuſtiam.

Clemens Alexandrinus, qui ſub Antonino & Senero floruit, in eo
quem Paedagogum inſcripſit commentario non modo feminas
omnines uiris balneas atq. publicas in uſu habuiſſe teſtatur, ſed
omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nu-
das in iſtis ſpectandas praebuiſſe. Quos mores poſtea deteſtans
Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu ſcripta reli-
quit. Quid uero quae promiſcuas balneas adeunt: quae oculis ad li-
bidinem curioſis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt,
quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, non-
ne ipſae illecebram utiſſis praestant. Cui ſententiae multa etiam ſi-
millima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae inſtitutione
ſuere prodita. His itaque omnibus cuiusperſpectum eſſe poteſt,

lib 3 ca. 5.

Gymnaſtica D non

non paucò tempore eum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D
feminae atque uiri in promiscuis balneis lauantur: quando etiã
non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procaci-
tatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem
scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: si-
cut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse,
eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum pro-
hibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item ali-
quando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis bal-
neis abstinere, nec commune lauacrum cum uiris libidinis
caussa intrarent, sub repudij, & dotis amissionis poena: quod pe-
stea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito re-
ceptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae mulie-
bres in feminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrip- E
pinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra,
& quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum for-
san hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi
penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quoti-
die brachia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur.
Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus to-
to corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a plu-
ribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant
tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habi-
ta ratione lauantur. ob quod ipse rigorem sine febre usum tem-
pore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari
post cibum lauantur, non esse usum scribit. Vt plurimum autem
maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F
ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adno-
tauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari con-
sueuisse: quod similiter ante illum inuissse Martialem eo uersu ui-
deri potest.

EpiR. 37:

Lib. de tre.
sig. & spof.In libro de
paruae pi-
lae ludo.
Lib. 4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?

Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã
significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim ac-
currerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundis-
simam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis la-
uabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempo-
ra numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante so-
lis occasum claudi consueuisse, ipsumque Imperatorem publicarum
thermarum

Lib. j. c. j.

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano.

Lassis ut in thermas decima, uel serius, hora

Lib. 5.

Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperam fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,

&

Lib. 4.

Octauam poteris seruare, lauabimur una.

Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminē nisi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimā, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, post horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit, unctus est, accubuit, *ἐμετινὴν* agebat, itaque & edit, & bibit *ἀδελῶς*, & iucunde. Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id *ἀδελῶς*. i. sine timore, & iucunde ederat, biberatque, ut (quod

Lib. 13. Ep. ultima.

”

”

”

”

”

C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (*ἐμετινὴν* agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti *διαιτητική* a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & *κνωτική*, quae ad exinationes pertinet; haud secius *ἐμετινὴ*, est illa *ἀγογή*, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasijs, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusienfis actate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderūt, uiuere cognouerat, breui compa-

Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6.
27. na. hif.
cap. 3.
4. Flor.

D ij rasset,

raffet, eorum usum frequentiorē reddidit. Vndecima ac omnium **D** postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphaerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commodē spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystum seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiolorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, nec cuius pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasium stadium muri saep̄to diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum **E** descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inferuisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, hiberent, ubi statim refici possent. atq. has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Haecenus de antiquorū gymnasijs.

De accubitus in cena antiquorum; & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI.

F



VONIAM balnearum explicatorum occasio iam suadet, nosq. supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, si quis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriores aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum fuisse

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum est: sed de his fufius & melius in uarijs lectionibus nostris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demonftrandi laborem mihi omnem dempferit. Ceterum unde nam hae duae confuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex recentioribus ita appofite & diligenter declarauit, quin posteris dubitandi, & plura defiderandi occasionem reliquerit. Quod uel ob rei obfcuritatem, uel ob neglectum euenierit, ignoro. Ego sane utrafque illas, & accubitus fcilicet, & unus in die cenae confuetudines a balneorum ufu manasse exiftimo. & primo quod ita de accubitu fentiam, pluribus, ijsque non fpernendis coniecturis adducor; quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi fedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ' ἡλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα
ἐξείης ἐζόντο, καὶ κλισμέσ' ἐτρόνευε:

1. Odyss.

id est,

*At Proci ingreffi sunt, qui mox inde fuperbi
Ordine federunt fcamnis, & ordine thronis*

C & ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitiſ accepti poſt lotionem cenant ſedentes.

ἐς δ' αὖ θρόνους ἐζόντο παρ' Ἀτρείδην Μενέλαον:

id est,

Thronis fedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crefcente paullatim balneorum uſu, una quoque huiufcemodi accubitus incrementum, praefertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando ſcilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accumbebant, nec cum iſtis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ἐπὶ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum in-

20. Etym.
.. diſp. noſ.

Gymnaſtica

D iij

ſitu-

stitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priusquam in commestrationibus cum alijs discumbere (κατακλίσιως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni, atque etiam Constantini Imperatoris tempora, cum in frequentissimo usu balnea essent, ne dum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoscumque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

1. de arte
amandi.

*Ergo ubi contigerint positi tibi munera Bacchi,
Atque erit in socij femina parte thori. &
Cum premet illatorum, uultu comes ipse modesto
Ibis, ut accumbas.*

lib. 1. amorum.
Eleg. 4.
lib. 2. ca. 2.

& sicuti Valerius idem de aetate sua scribit. Quamquā apud Graecos numquam mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerso situ mulieres a uiris accumbentes cenasse rationi consentaneum est: non solum, quod honestatis, atque dignitatis utriusque ratio ita postulasse uidetur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraesentantur, illae certe figura quadam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasque sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conspiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me facturum auguror, si postquam locus inuitat, breuiter explicuero. Viros enim scribit Plutarchus, in principio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλατείς) mensam, ut plurimum tetigisse: quo sola dextera manu illam circumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertisse. *εγκύτ' ἐπὶ πείδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τὴν χώρας ἀπομένους.* idest, non secundum latitudinem, sed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus (ut magis suspicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias causas, ob quas ueteres in principio cenae artius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τῆς σώματος disponebantur: satiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto: ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uersus ad ditores uertebantur, ob quod Iuena-

5. Symp.
Prob. 6.

Nam

A

Nam plurima dixit

*In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde aduclaria raptos.*

Saty. 4.

saturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuiarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuus trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis comunicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusi uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitus uarijs modis describere aggressi sunt, opinionones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praecleara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusi filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum mensis disseruit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuiarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit.

i de symp.
probl. 3.

D iiii

Saepe

lib. 1.
Sat. 4.

*Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos
E quibus unus auet, quamvis aspergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.*

s. Symp. 5.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos consue-
uisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam as-
seruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum leges ex-
stitisse quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant,
sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuium, no-
uem conuiuium, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus re-
fert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum
duodecim solemnem conuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus
sacculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto con-
uiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica,
& nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E
copia cōueniret, nequaquam accubentium numerus seruari pote-
rat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur; quo uel
epulum publicum, uel nuptialem coenam repraesentari non est
dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de pue-
ro aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at
forfan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponan-
tur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam
poetarum testimonia conuiuijs semper frigidam, & calidam prae-
buisse ostendunt, quemq. cunctos, ne ab ipso male tractarentur,
reueritos esse, & ab eo mordendo abstinuisse uerisimile sit. Iam
uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenatis laue-
rit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac
eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiqua F
rū rerū ignari faciant, sine labore conijcitur: quemadmodū nec ar-
duū est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

lib. 5.

*Omnia cum retro pueris obsonia tradas
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?*

Lib. 2.
Satyr. 8.

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinqueban-
tur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & oblata
recipere facile erat. sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce
tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memo-
riae prodidit Varro. s. quo tempore usus camerae ignorabatur,
uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atq.
dapes simul conspargeret, & conuiuas, solita in triclinijs suspen-
di, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

In-

A *Interea suspensa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atrī
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.*

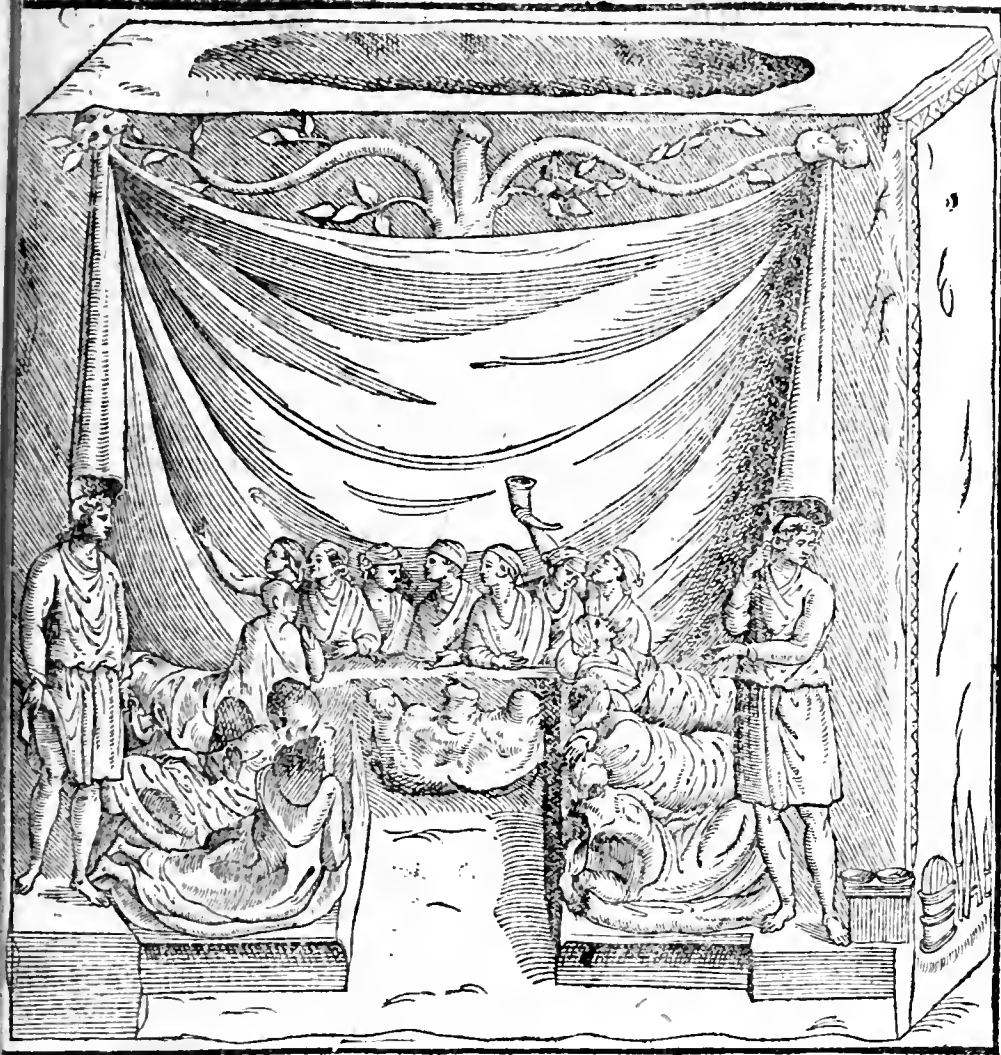
quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentoriis sericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, nimirum priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, lanceis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatū, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sursum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant.

B Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus bouum potasse, indeq. *κεράται*, id est temperare uinū aqua *ὑπὸ τῶν κεράτων* id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibi ipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae lanceis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum alijs instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam

Dipnoso-
philton. 11

C monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.





MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM
 Patauij, in Ædibus Rhamnufianis, post Curiam Urbis
 Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerā rediens dico, cum & lauādi, **D**
 & accūbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, uerisimile
 fieri, alterum eorū ab altero ortum duxisse: non autē est dicēdum ab
 accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortum duxisse: igitur re-
 manet ut accubitus a balneis principium habuerit. Secūda ratio est,
 quod ueteres usq. ab Homeri temporib. statim post balnea coenita-
 bant, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur,
 mensas prope locum ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si
 cōmoditatis, uoluptatis, ac ualitudinis rationes consideremus, ualde
 rationi consentaneum erat, illos praesertim, quibus priuata erāt
 domi balnea, iam lotos, & deterfos, ne noxā ullam incurrerent, sed
 lassitudinem effugerent, lectulos ingredi, a quibus non discederēt,
 sed mox prope mensas, & coenam parari curarēt, sicq. comederent,
 perinde ac tempestate nostra maior pars eorum medicorum facien- **E**
 dum iubet, qui aut ualitudinarios, aut etiam sanos lauari mandant,
 nam κλισμοί illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dū
 coenāt, haud multum lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc
 quoque coniicere ualeamus, tunc accumbendi morem principium
 quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis
 paulatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius
 hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quando nonnullos uino nimīū
 deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicam-
 que induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum ac-
 currerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem,
 commoditatemue ullam aliam, aut honestatem ita accumbere in-
 choarint, quando si sedentes, atq. accumbentes in cenādo inuicem
 comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, **F**
 ac honestate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur
 aliqua alia iusta ratione consuetudinem illam inuectam fuisse, quae
 opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotio-
 ne ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatio-
 ne balnei magis fruerentur, lectos ingredi eabantur, atque ibi uel la-
 cerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur,
 mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paulatim huiusmodi
 consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae,
 & lecti simul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, si
 quis coenans non accubuisset, ut Martialis significauit, ubi Syri-
 scum damnat, quod in popinis sellularijs non accumbens coenaret.
 Quod si quis sententiae nostrae id refragari uelit, quod uerisimi-
 le nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-
 uatis,

li. 14. c. 22.

Auatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauasse, quando praesertim, ex Plauto, Teretio, & ex lapidibus Romanis scitur accubitoris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse; & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuersos exstitisse. Huic primum respondeo, minime mihi plene constare, quod omnes indiscriminati semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domibalneas habebant, quando Horatio priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

lib 1. Ser.
ep. 6.

*Infusum sibi nuper a patrone
Plenum Maxime centies Syrisco
In Sellariolis uagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?*

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiuijs, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non laueretur: immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius se lauasse, ne sordibus in die necessitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbaret, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos. Addo huic nequaquam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinem uitandam post modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudati, modo lacernis, aliisue in id paratis uestibus induti cenarent, atque

lib. II de re
rust. c. I.

3. Symp.
Prob. 1.
6. de simp.
cap. de ane-
tho.
2. Paeda-
cap. 8.

li. 7. ca. 16.

6. de tu. ua.

que inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accumbendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habētes, lectos nunc marimoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in qua re non secus contigit, ac euenisse conspicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uoluptatem, aliosque usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cōiuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerunt, ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, unguenta pretiosissima odoratu dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arderent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibis, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romā aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiā multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibis implendi cōsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cū ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauare cogerebantur, & a lotionē lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitusque apparatus consideremus, magna temporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosque multos errores, & in ualitudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere,

Agere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se la-
uandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempori suf-
ficere ualeret, quando alij simili de causa, panem, uinum, oliuas,
aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus falsus est, sed
etiam Horatius, ubi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani

Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in causa fuisse
praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset
post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare;
praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur,
alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo
ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inuenie-
Bbatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc
ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte
melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq. perspicuū est plus
edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, &
cenae antiquorum origine mihi *παρηγορῶς* dicenda uolui.

*De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum
ministris.*

Cap. XII.



Vemadmodum ceterae artes proprios auctores habue-
runt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis
mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam ca-
ruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint,

C& ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plu-
rimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quan-
do quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Ga-
lenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus.
Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Phi-
lotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a
Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissi-
ma commentaria nisi hodie desiderarentur, forsitan haec ars, quae iā
dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splen-
doris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi
assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi
gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto cele-
brata commentaria: quibus dum nos carere considero, non ma-
gnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta

opera

In Eacc.

opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiarum mi-
nistros declaramus, inter quos primum locum tenebat gymna-
siarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti prin-
ceps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordi-
nem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publico-
rum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus
apud Plautum gymnasi praefectum uocauit, his uerbis: Ante so-
lem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasi praefecto
haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum
colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere ma-
gno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus
docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum cu-
rauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi praeerat. Secun-
dum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deni-
que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reli-
quit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conii-
citur, quae Romae in foro Traiani in basi statucae Graecis litteris
notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIUM. HERMAPOLITAM. ALEXAN-
DRINUM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VI-
CTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM
ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PER-
PETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGV-
STI. PRAEFECTVM. PATREM.

MAVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMO-
DORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRA-
TIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM
NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPA-
TVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TO-
TIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET
BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ὁ
στάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam
luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurimum exer-

6. Epidim.
sect. 8. pro-
pessorem

citationum: moderator, uictorumque & omnium praemiorum
decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate πα-
λας ἐφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod
non

A non solum ipse luctaretur, uerum etiam palaestrae curam haberet. Agonistarcham uero cum fuisse puto, qui certaminum publicorum praefectus esset, quiue & in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO

SACRVM

M. AVRELIVS. M. AVG .

LIB. APOLLONIVS

AGONISTARCHA.COM

MODIANVS.

B Post hos aderat Gymnastes, quem Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omnium exercitationum existisse, qui eorum uires, ac potentias ad sanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruum aegrum medico, aut gymnastae uendat, non esse redhibendum uult, quasi uterque languentes sanis digno scere scire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Pro-gymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referente Galeno,

C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicum medicum qui primus gymnasticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: *ἐτι τοίνυν πρὸς τοῦτοις* In lib. ad Thrac.

εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ ὕσει. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas

mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae existenti interuiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Αλέπην quoque ab Aristotele 2. Ethic. capit. 6. a

Paulo Aegineta *ιατραλέπην*, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egeret; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam Cicero in epistola quadam ad Lentulum, in qua haec scripta reperiuntur: Sed uellem non solum salutis meae, quemadmodum me-

dici,

lib. 3. c. 47
lib. 1. c. 1.

„ dici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- **D**
 „ luissent. Ex quo Clemens Alexandrinus vi. Strom. dixit, sanitatem
 per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam
 comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, uel pro
 unctorum magistro aliptam accipi sciam: ut apud Plutarchum in
 libro de tuenda ualitudine, & Coelium Aurelium saepius uide
 re est. quo in casu Hippocratem ἐζαλείπην potius dicere uoluisset,
 notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat
 Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uide
 retur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gym-
 nastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo as-
 similat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti mi-
 les nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus
 eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter me- **E**
 dici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitatio-
 num omniū facultates ignorabat, gymnastaeque praecepta solum
 faciebat, utpote qui & usum, & differentias, & modum exercita-
 tionum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenu-
 mero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epi-
 leptico, ubi dixit, difficile fuisse prudentem paedotribam inueni-
 re. Hanc gymnastae, & paedotribae differentiam Aristoteles quo-
 que philosophus cognouisse uidetur, dum 8. Politicorum conclu-
 dit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fo-
 re: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera
 operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: *μὴ δὲ ἐν ἡττοῦ*
τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην **F**
ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnastes itaque erat praefectus exercitationū,
 paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori propor-
 tione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidem,
 minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, in-
 telligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sa-
 nitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud
 Homerum non exsistere narrat Galenus: quod, ut antea declarau-
 mus, semina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebāt,
 neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex,
 & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebāt,
 institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, om-
 nem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen,
 quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant serui fri-
 candis corporibus destinati, qui ad praescriptum gymnastae, aut
 paedo-

In lib. ad
Tharf.

Cap. 3.

2. de tu.
ual.

Apaedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum lin-
teis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, ua-
rio, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos
erant & reunctores ita a Plinio, ac Celfo nuncupati, quod corpora lib. 3. c. 45.
iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint,
a Paulo Aegineta *ιατρολείπτας* uocatos: sed decepti sunt, cum
alium fuisse ab his *ιατρολείπτην* ostenderimus. Mediasini quoque
gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia
pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia
antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem
habet, in qua Mediasinorum fit mentio.

D. IS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Caderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, mo-
do purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cū
linteis exsiccentes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus
corpora exercitatorum distingere, atque a strigmentis depurare.
Aderant pilicrepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis bal-
neorum exstingueretur. quid quid alij dicant, qui pro pilicrepis lu-
fores pilae, utpote obstrepentes, intelligendos putant, male senten-
tias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpre-
tantes. Alii pilicrepi, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus cor-
poris partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, Epist. 57.
ut docti uiri censuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam le-
gere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent,
& inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita
ut Seneca ab huiusmodi uocibus offenderetur. quorum tamen
sententiam non probo, quod Iuuenalis certo testatum faciat, fuisse

se in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi feruos suos describens D
Perfeco ait:

Sat. II.

Nec pugillares defert in balnea rancus

Testiculos, nec uellendas iam praebuit alas.

Lib. 14. ca.
20. lib. 29.
cap. 1.

Atque hos modo uolles ad id obeundum usos esse: nunc refina,
(hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum ho-
norem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quan-
do narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedae-
monas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne
in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur.
Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornaca-
tores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gym-
nasij uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersa-
bantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos E
adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rho-
diginus, liba uendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter
exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes,
multaque alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter ha-
buisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi,
atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in lu-
dis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Ro-
mae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones,
quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur
mentio.

DIS. MANIBVS

M. CALPVRNIO. M. F. MEN

[F

VOENNIO

VIX. ANN. XXX. M. IIX

M. CALPVRNIVS. M. F. MEN

HILARIVS. MEDICVS

LVDI. MAGNI

FRATRI. PISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI

MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIUGI

CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS

LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent Iudi Maturni, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluanti inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuius per spectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorum munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiariorum, gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo causam; quia maior pars spectatorum confluxerat ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina: ut **B**iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationem sint infectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristicus, fricator, reuictor, & mediastinus, pilieropus, alipilus, lanitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima sine medica, & initiosa seu athletica. Cap. XIII.*



VICVMQVE artem, aut rem aliquam sibi exacte tractandam proponunt. opera pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, ne rum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores ac uocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeque sint gymnasticae circa eadem fere uersantes: necesse arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statumus

Gymnastica

E

gy-

gymnasticae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut D Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam : hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiā supra monstrauius, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarū ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; *ὁμολογῶ* (dicebat Plato) *μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιοῦν τοῖς ἀνθρώποις*, idest, Fateor haud
 in lib. de
 Philos. 22 multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inferere. Hoc ita esse quoniam Galenus tū in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualitudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauius, & nos quoq. superius aliqua ad hanc speciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo : cuius unū studiū erat homines pueros atque etiā apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque sortes efficere, propterea eandem nō esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequendam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe profectus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferratos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere sortes reddere queat, de hac gymnastica clare locutum
 Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitu comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter Latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militaris libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia rursus, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere solitum scri-

B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quam uel pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνισικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumque exercitatores aliquando factorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὡπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγῶνων ἀθλῆται ραδίως πρωτεύαντες ἀμελῶσι τ' ἀσκήσεως, id est, Quae admodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-

C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores communē habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἄθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τῆς ἄθλης id est a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in. 3. de Repu.

Lib. ij.

In suas ad
bo. ar

E ij ubi

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: *κομωτέρας δέ τι-
νος ἢν δ' ἐγὼ ἀσκήσιως δέ τι τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, ἔς γε ὡς περ
κύναι ἀγρόπυνες τε ἀνάγκη εἶναι*, idest, *Elegantiore quadam exerci-
tatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam ui-
giles canes esse necessarium est.* & rursus septimo de republi. τὸ δ'
δ' ἐννοῶ λέγων αὖτα, *ἐπὶ ἀθλητὰς μέντοι πολέως ὡς αἰνέταις ἀνάγ-
κασιον εἶναι νέας ὄντας*; idest, *hoc autem inter dicendum mihi in-
mentem uenit. Nonne belli athletas inuenies esse debere diximus?*
Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato
athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper appo-
nit, *παλεμικοῖς*, uel *πολέως*, uel aliud; ut in fine septimi de legi-
bus, *τοῖς περὶ ἡμῶν ἀθληταῖς*, non ob alia ratione, nisi ut eos ab ath-
letis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae
gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed
tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas,
pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus pro-
prie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum fa-
cultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propo-
situm haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū
totum diem, aut luctari, aut *παγκρατίζειν* cogebantur, ideo
cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est ci-
bus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque
tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob
praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod
solum uincere; & coronam assequi studerent, cum alij uel bono ha-
bitui corporis acquirendo, & sanitati, tuendae; uel militari forti-
tudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gym-
nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex
quo colligitur aliū esse simpliciter athletam, aliū simpliciter
gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersan-
tes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica om-
nibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud me-
dicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus;
tertia omnium minime, nimium, quae, a praedictis degenerans,
uitiosa appellata sit: quacumque robori, non sanitati operam daret: ro-
bur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristote-
les viij. sect. problem. vi. quo in loco pinguem habitum robori, sa-
nitati uero rarum conuenire scribit.

A De uitioſa Gymnaſtica, ſive Athletica. Cap. XIV.



OSTENDAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnaſtica ſimplici, quãtum ad præſens negotium: ſpectabat, ſatis diſceruimus, iam opportunum erit de athletica ſermonem habere. quẽ quoniam temporibus Galeni, atq.

In ſuas. ad
bo. ar.

lib. 7. c. 56.

etiam ſuperioribus maximam auctoritatem ſibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longiſſima oratione, atque impuriſſimis contumelioſiſſimiſq. uerbis infectaretur. quod quam ſapiẽter ſimul ac iuſte fecerit, ex his quæ de illius profeſſorum moribus aliſq. conditionibus dicturus ſum, facillime clarum futurum ſpero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor eſt gymnasticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiæ inuentam fuiſſe: ut tota hæc ars

In lib. ad
Thrac

Tertio de
repub.
1. Aph. lib.

In lib. de
tu. ual.

duos parentes habuerit, qui tametſi inſignes fuerint, atque artem illuſtrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo poſtea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata eſt, ut uerius κακοτεχνίας, quam artis nomẽ ei conueniſſe dixerit Galenus, ſi quidem illius exercitatores dum ſpe uictoriæ, & præmij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori in craſſando, roboriq. comparando nimium incumbabant, mentem etiam craſſam, ſenſuſq. omnes hebetes, torpidos, ac ſegnes reddebant. unde non immerito Plato athletas ſomnolentos, ſegnes, ignauos, deſides, uertiginofos, tandemq. morboſos nuncupauit: Hippocratem medicum ſecutus, qui habitus athletarũ ueluti periculoſos, maximisq. ægri tudinibus obnoxios ubiq. deteſtatus eſt, ſicut & Plutarchus eos ſaxis atq.

Gymnaſiorum columnis ſimiles effecit, alias item confeſſus quod Graecis nihil aliud molli tiem, atq. ſeruitutem inuexerit, niſi hæc gymnastica uitioſa, cuius opera torpentes atque relanguſcentes ab armiſ delapſi ſunt, contenti pro ſtrenuis, atq. fortibus militibus ſei poſos bonos palæſtritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita eſſe nemo ſane dubitabit, ſi totam eius naturam breuiſſima oratione ab Ariſtotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ libro de Agoniſtica (ſic etiã athleticam appellatã ſuperius diximus) hæc ſcripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ με
γέθυς, καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὀτάρχης ἰσχυρὸς ἐστίν, ὁ γὰρ δυνάμε
νος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πῶς, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πρόρρω, δρομικὸς. ὁ
δὲ θλίβει, καὶ κατέχει, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὥσαι τῇ πληγῇ, πυκτι
κὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τέτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τέτοις
πένταθλος. id eſt, Agoniſtica autem corporis uirtus ex magnitudi-

Cap. 5.

,,

,,

,,

,,

Gymnastica.

E iij ne,

ne, & robore, & celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui **D** enim quodammodo crura prolicere, & uelociter, ac longe mouere potest, cursor; qui uero comprimere, & cōtinere luctator; qui percussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiastes, qui uero omnibus his, quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarū omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse, ut corporis magnitudinem, robur, atque celeritatem compararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus contenderent, quinque tamen praecipua erant, in quibus uel semper, uel plerumq. tñ in sacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris, & publicis spectaculis, sed praesertim in stadio, quod fere solis athletis proprie destinatum erat, certabant, lucta, pugilatus, cursus, saltus, & discus. unde luctatores, pugiles, cursores, saltatores, disco- **E** boli nuncupabātur, qui separatim in singulis pollerent, sicuti Pancratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in cunctis quinque, pēthatlus, & uocabulo Romano quinquertio uocabatur. etsi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas significare scribat Festus, apud quem etiam perihodon uicisse dicebatur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine a circuitu eorum spectaculorum accepto. Erant postmodum Halteres, iacula, atque nonnulla alia, quorum quoque certamina athletae obibant, at in publicis ludorum, & sacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebātur, una excepta monomachia, quā Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consueu-
 isse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse sciā, quod **F** M. Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist. i. his uerbis, Nā quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempseris? De ijs in Digestorum libro 9. t. l. Aquilia ab Vlpiano scriptum reperio: Si in colluctatione uel in pancratio, uel pugiles dum inter se exercētur alius alium occiderit, cessat Aquilia, quia gloriae causa & uirtutis, non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere arbitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione habitam, cuius ea erat ratio, quod homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficiere solēt, a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis ceterisq. spectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit: quando athletis ludos ingrediē-
 tibus ut refert Plinius omnes assurgebant, etiam senatus, ij. q. sena-
 tui

de art. 13

lib. 16. c. 4

Ami proxime stdebant, necnō ceteris patribus, amī paternis a quibuscumque muneribus utebantur, & victores in patriis triumphantes invehabantur. Ne dicam, quod Eusebius in v. de Preparatione evangelica multo sermone damnavit veteres, scilicet, eo superstitionis, neque infinite interdum devenisse, ut pugiles, neque athletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus sensibilem esse posse, athleticam antiquitas magis autem antiquior fuisse & propterea non temere illam Galenū infectam esse, dum tui maduaret, quāvis damni ex ea usus athletice reputationis humani generi accederet, si quidem non modo carnis animi, verum etiam corporis bona ita corrumpantur, ut nihil sanum possit, quod minus hominibus, qui glorie & pretiorum ratione illam modiq. ambiebant, detrimere tam inferret, quam admodum Euripi

Bdes quoque elegantissime testatus sunt sub istis verbis.

Καὶ τὸ γὰρ ἴσθαι ἀνθρώπων ὅτι τὸ εὖ ποιεῖν
Ὅσον ἔστιν ἐστὶν ἀθλητικὴ γένεσις.
Ὅτι ἀποτίθεται ἐν αὐτῇ τὸ καὶ καλὸν καὶ τὸ εὖ,
Ὅτι ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ, καὶ ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν
καὶ τὸ εὖ, καὶ ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ,
καὶ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ, καὶ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ,
Ὅτι ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ, καὶ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ,
ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ, καὶ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ,
ἐν αὐτῇ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ, καὶ τὸ καλὸν καὶ τὸ εὖ.

Galenus
de usu, et

id est, *Cum male parantur a per Galenū scripta,
Nullum desitum Athletarum genus est,
Quo pretium huiusmodi dicitur etiam dicitur,
Neque in istis etiam, qui in istis dicitur,
Quo quod est gale de istis, dicitur etiam dicitur,
Dicitur etiam dicitur, et alia sunt ista,
Neque in istis dicitur, et ista sunt ista,
Sunt etiam in istis dicitur etiam dicitur,
Istis etiam in istis dicitur etiam dicitur.*

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athletice staturam prodidit. Neque tamen deservunt, qui hanc perniciem istam committunt, tam celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Thero Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellēbant, cognita eius gravitate ad gymnasticam tandem desierunt. Ne taceam Platonem, qui Serenus & Iacchus prodiderunt athletam famē, & ea dimisit ad philosophiam se convertisse. Sed quis athletis pretia gratia curare, atque vitam mille neque generibus exponere consuevit non se

etiam in
etiam in

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea **D**em quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerū, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primò fuit δόσις, seu donum, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi ali- quid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam con- giarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum desi- gnet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit.

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



QUONIAM de athletica prauitate quamplurima egre- gie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque **E** Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati non- nulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uo- cati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere de- creuimus. qua perspecta, facile cuius erit iudicare quod genus ho- minum, quaeue illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non natu- rales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectioni- bus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in uno quo- que horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in ci- bo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quanti- tate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs ci- **F** bis athletas usos diuersis temporibus inuenie. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Orbasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitorem quendam Pythagoram athletis primum carnem co- medendam exhibuisse scribit, Orbasius Pergamenus Goram cari- carum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustu- lisse, primumq. Eurameni Sannio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carniū genere semper illi uictitarunt, quoniam interdum ca- prinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quem

A quem Clitomaachus Carthaginensis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athleticis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait,

Inter catellas anserum exta lambentes;

Partitur apri glandulas palaeofritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tū bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caseo sine fermento cōfecto, quod Coliplium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritiae, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορος immodice uteretur, eos morbos incur-
Brebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, 4 d re me. cap. 27.
 Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsā quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athleticis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carniū minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas perficasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athleticis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aequae in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athleticē, modo βίαιον τροφήν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, quasi plus, quam fere possent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus non aequae mane, ac uespere cibos 7. meth. ualidissimos accipere consueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo

li. ii. c. 53.

Prob. 4.

38 partic.
prob. 5.In libro de
morborū
temporib.

do ratione, uerum etiam experientia docti cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quā somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. sympotiacorum eisdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemque uarietatem prorsus effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, ufos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit Plato, eos ubique somnolentos appellans. In motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium τέλειον, siue *κατασκευῶ* apud Galenū tertio de tuen. ualitud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cōtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudque unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret causam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarerentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo euenisse, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremque inducit, sicuti mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad summum ἰσος ἐν εἰς perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen efficisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestum est ex xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas plagas,

Agas, ut tradit Basilus Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptū sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commodius exercebantur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex causa certatores omnes exandescant, quantopere uicti tristantur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsitan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galenus uenerem moderatam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsum coitu interdicebant, cum ceteris forsitan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopomum Crisponem, Icem Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Galenum Basilus Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permetteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermo nem habens ita scriptum reliquit.

*Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.*

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam susius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle-

Homilia
54.
Geograp.
lib. 5.

8. de legit.

6. de loc.
affect. in 5.

lib. 11.

li. 34 c. 18.
5. de tu.
ual. c. ult.

tae

tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando **D**
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucun-
diore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Ale-
xandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commen-
tario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a ue-
nere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum
coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uene-
reisq. uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc
itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanita-
ti detrimentum afferret, ut Hippocratem fileam, affectum athleti-
cum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse pos-
sunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uideli-
cet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffoca-
tiones, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hie-
ronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippo-
cratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum
qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissi-
mus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athle-
tico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accom-
modato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athle-
tarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere
non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Ale-
xandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam
honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad cer-
tandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule pri-
mum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos ob-
tegendae consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exerce-
bantur, introductam esse memoriae mandatum est. **F**

In lib. ad
martyres.

li. 28. c. 6.

In suaf. ad
bo. ar.

In libr. ad
Thral.

In li. 2. ad-
uersus Io-
uinianum

3. li. paed-
agogi. c. 9.

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER. SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore

& motu. Cap. 1.



POST QVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis explicauimus; consequens est, ut, ceteris nō prorsus omis- sis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem habere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionē in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarum unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, uidebimus quae sit in obeūdis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandum boni habitum, uel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaq. definiuit Galenus, secūdo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi *γυμνάσιον*, *κίνησις*, & *πρόνός*, siue exercitationem, motum, atq. laborem inter se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tamen si etiam aliquādo communi quadam appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uocatum esse censet, quādo is dixit, Labores cibum praecedant, & ubi fames, laborandum non est: ibi enim uocem hanc *πρόνός*, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione diūntaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sententiā Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, *γυμνάσιον* a Graecis ap-

6. Ethic.

li. 3. ca. 2.

6. de morib.
uulg. cō. 4.
x. 31.
2. Aph. 16.
In Onoma-
stico.
2. d. tu. 1. 2.
lib. 3.
cap. 2.

PELLA

Li. I. fen. 3.
doc. 2. c. 1.

6. colle. c. 2

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uesti-
bus excernerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνά-
σιον appellatum superiore libro abunde monstrauius. Sed quo-
niam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehemē-
ter moueri, qui tamen nullo pacto exceri diceretur, iccirco haec
Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquā
integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cū
animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam
fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exer-
citatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, &
frequēs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui
leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nō
enim apposit (uehemens), quod, ubi magnus, & frequēs sit anhe-
litus, semper necessario sequitur motum illum uehementem existe-
re. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quo-
niam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticæ exercitati-
bus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicū tra-
ctare spectat, & nos etiam loqui instituius: siquidem omnia quat-
tuor caussarum genera haudquaquam cōplectitur, cum neq. mate-
rialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit item illud, quod
multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur,
qui nullo pacto dicuntur proprie exceri, sicuti serui cum celerita-
te dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimico-
rum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mo-
uentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae
definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complecti-
tur; sicut neq. illa Auicennis qua dixit in libro collectaneorum esse
membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter defi-
nientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare,
proprie est motus corporis humani uehemēs, uoluntarius, cū anhe-
litu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gra-
tia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atque
soli definito cōuenit: uerum enim uero posset aliquis merito a me
sciscitari, nūquid motus equitando, uel nauigando peractus exer-
citationis nomen mereatur, eo q. non libere a uoluntate hominis,
sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equi-
tantes, & nauigantes alij exceri dici debere, si nō proprie, saltem
communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris stu-
dij illud efficiant: quandoquidem proprie exceri dicuntur, qui
exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt. quibus uero ali
qua

Aqua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie idẽ mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque. similibus a nobis semper erit intelligendum. atq; hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui sodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. ii. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehementem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo; definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq; locorũ ageretur, nihilo secius exercitationem uocari debuisse, atq; debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocaret exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese habẽte, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμνασιν ἔως πρὸς τὰς αἰῶνας a pueris tẽpore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. II.



TRACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum, atq;

1. de leg.
2. d. tu. ua.

atque praecipuum principium a natura acceptū sit, animantia bru- **D**
ta fidei facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem
illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agi-
tare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri facitiant, qui ta-
meti in hoc brutis imbecilliores ad fruendū hac uita exeant, nihi-
lominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur: atque
ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post mo-
dum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiūt
nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut
omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem se-
cundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato
duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam
ab ipso gymnasticae diuisionem in mediū proponemus, non quod
sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, **E**
quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere con-
tigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluri-
bus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in
tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non
minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur,
scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitorem fuisse, nec ul-
quam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi
non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, ex-
ercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uide-
tur. Plato igitur libro de legibus. vii. ubi demonstrasset sinistras ma-
nus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum appa-
rentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam
naturalī defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui **F**
pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam ex-
ercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, du-
ctu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alte-
ram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit,
unam τὴν πάλιν, alteram τὴν ὀρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως al-
teram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram
eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque
pulchritudini operam nauant. Quo in loco tamen Plato de gym-
nastica bellica diuinitaxat sermonem habere uideatur, nihilominus
eadem fere est ac medicinae gymnastica, sine solum differens, nec
prorsus sine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum pa-
rare, ualitudinemq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium
finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda
aptiores

Aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaeatricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illā exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam existat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesque exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsā Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptū reliquit: *ὁρχησικὸς καὶ παλαυσικὸς* solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam existere, neque ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alterā, quae motus hominum a se ipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaeatricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerum etiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendam. Nec quidquam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui *ἱατρὸς* inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaeatricam, & orchestricam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus. non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.



VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaesticam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palaesticam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus. quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὄρχησις, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectionarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, E quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secundae species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρη τε γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλῆσαι
τῇσι δὲ Νηυσὶ χάλας κώλινος ἤρχετο Μολῶνης.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remouis,*

*Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.*

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quauis maiores nostri ut plurimum uoluptates, ac lasciuia potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tempora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exsultationibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursum in

uasio-

Auassiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculator-
 res, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in
 Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros
 simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum
 adiumenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. Quod
 uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit ali
 quando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanio-
 nem togatae saltationis primum inuentorem utrisque saeculari-
 bus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae pro-
 didit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem a no-
 bis mediam, ab ipso ἀμυρσιοντι μένιν nuncupatam in sacrificijs, at-
 que expiationibus fieri solitam, quam a Mantinensibus, & Arca-
 dibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte infi-
 nuare uidetur, athleticam, cuius & ludos, & sacrificiorum celebra-
 tates esse iam decreuimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec
 medicinae gymnasticā saltationes a se respuisse tamquam sanitati,
 & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secūdo
 περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles uoletudini restitutos a se luctis, pā-
 cratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus re-
 ferr. id quod Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exer-
 citationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, me-
 diamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere,
 & ob id pueris, mulieribus, atque senibus, quorum corpus mirum
 in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero
 haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupa-
 uit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptati-
B bustēperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo. sat sit no-
 bis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione
 caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Plato
 ne diuisam esse iam diximus.

lib. 7. c. 48

li. 6. de Cy-
ri Exped

cap. ult

Orib. 6.
collec.*De Sphaeristrica.**Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & or-
 chesticam, siue communi nomine uocatam saltationem
 diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis fusius declarā-
 da foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca
 admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur.
 Atque primo sphaeristica sese offert, quae tamen Homeri
 temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum *σφαίρης* quam praefectum *σφαίριστικόν* uocatum habere meruerit. Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit, scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuiusdam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum facit: Hippafus Laeacedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorum uel de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusque scriptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario-
rem, minusque antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pila itaque ludendi genera quatuor duntaxat apud graecos existisse reperio, *μεγάνην σφαῖραν, μικράν σφαῖραν, κενήν σφαῖραν, καὶ κόρυκον*, siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycū. repono corycū inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabimus, uel pila erat, uel pilae affimile. Paruae lusus secundum Antyllum tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admovebant. secunda erat pila maiuscula, quae cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haerebat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter uarios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad-
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, & in qua cum stataria, ac motoria parseffet, qui manebant, pilam emittebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnumerari debere genus illud iudico, quod pence Athenaeum *ἀρπασὶν* & *σεινίδα* uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae ludo simul cum alijs id quoque explicatum habetur, tum quia Clementis Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum paruae pilae, & praesertim *σεινίδα*, exercitationem esse uiris ualde accommodatam, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum facit: *οὐδ' αὖ καὶ σφαῖρην τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν σεινίδα παιδιὰν ἐν ἡλίω μαλιστα*. quod & a Polluce confirmatum inuenitur, ubi etiam haerostium uocatum innuit. huius etenim inuentorem existisse Phanaestrium paedotribani, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descriptionem

Aptionem Antiphanes in huncmodum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ
 μὴ διδῶς ἔχειν τὸν δ' ἔφην' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν
 πάλιν κλαγκτᾷσι φωνᾷς. Vocauit autem Antiphanes ludum istū
 Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludētes sibi ip-
 sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo in-
 uentore, aut ἀπὸ τῆς φενανίζην, idest, a decipiendo, quoniam alio si-
 mulantes in aliā partem mittunt, decipientes credulū, sicuti memo-
 riae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri soli-
 tū, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea edu-
 cebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositā quisq. con-
 tēdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinē descriptas
 aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus conta-
 ctis a pila uictoria haberetur. nam lusofores dum pilam capiebant, at-
Bque alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alte-
 rum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile sit spe-
 ctatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo ma-
 gis, quod interdum motuum concinnitati operā dabant. unde De-
 moxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundē
 explicaturus haec prodidit: Νεανίας τις ἐσφαίριζεν ὡς ἐπὶ τῶν ἰσως ἐπ'
 ταχά ιδεα. Κῶος (θεὸς γὰρ φαίνεται ὑψηλὸς φέρειν) ὅς ἐπεί ποτ' ἐμβλέ-
 σκει τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδῶς, ἅμα πάν-
 τες ἐβόων, ἢ δ' ἐὺρυθμία τὸ τ' ἦθος. ἥτε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέλει-
 ν ἢ παρὰ τὴν ἐφάνετο. πᾶρα ἔτι κάλλες. ἄνδρες, ἐπ' ἀκρόασι μωρο-
 δειν οὐδ' ἑώραν τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἀντιμέζον ἐλαβεῖν, εἰ πλεῖον
 χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' ἐκ ἐμοῦ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidā
 annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam
Cilla insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur
 uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quāto au-
 tem concinnitas, ordo, ac uenustas dū aliquid diceret, aut faceret,
 supra omnē pulchritudinem exsistit. O uiri, neq. umquam antea au-
 diui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cōtigisset mi-
 hi si diutius ibi permanissem, neque multum mihi sanus uideor.
 Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusofores compte, & concinniter
 ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae spe-
 cies, de quibus a Graecis mentionem habitā scio, & in quibus Epi-
 genes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus,
 quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exue-
 bantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae par-
 uae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo sci-
 licet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequā ter-

3 Paed. lib.
cap. 10.

athenaeus
1. Dhipao.
sophist.

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. **D**
 ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerū etiā
 ex manuū figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex An-
 tylo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
 hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris praedi-
 ctis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac
 semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus
 ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum
 scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemēter bra-
 chia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus
 fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen
 coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilā, quemad-
 modum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differen-
 tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue **E**
 aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter lude-
 retur. Corycus uero quis esset, quomodo uel ludus ille perageretur,
 cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius oratio-
 nem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet.

Κόρυκος ὅτι μὲν τῶ ἀσθενέστερων ἐμπίπλῃται κεχρησμένων, ἢ ἀλεί-
 ρων, ὅτι δὲ τῶ ισχυροτέρων ψάμμε, τὸ δὲ μέγεθος αὐτῶ πρὸς τε δύνα-
 μιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω-
 θεν ἐξ ὀρθῆς ἀπέχων τῇ γῆς τοσούτον, ὥστε τῶ πωυθμένα κατὰ τὸ ὀμφα-
 λὸν εἶναι τῶ γυμναζομένων, τῶτον δὲ χερῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰω-
 ρῶσι, τὴν μὲν πρῶτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβά-
 νειν ὑποχωρεῖν αὐτῶ, καὶ πάλιν προσίοντος ὑπέκειν ἐξωθεμένους
 ὑπὸ τῇ βίᾳ: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίστιν αὐτὸν ἐξω τῶ χερῶν ἀπώσαν-
 τες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπῃεν σώματι ἐκ τῆς πο-
 σιλεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ὅτι πλείστον οἰκίσαντες αὐτὸν ὑποπέμ-
 πουσιν, ὥστε ἐκ τῶ προσόδε, εἰμὴ σφόδρὰ προσέχοιτο ὑποσρέφεται.
 ποτὲ μὲν ἂν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῶ προσίοντι, ποτὲ δὲ τῶ
 σέσωκτας χάρας ἀπαπετάσαντες, ἄλλοτε ὑποσρέφοντες καὶ μετὰ-
 φρενον. id est, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficul-
 neo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero magni-
 tudo ad uires corporis, & ad aetate accommodatur, suspenditur au-
 tē in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut sum-
 dum ad eius qui exercetur umbilicū pertineat, hunc utrisq. mani-
 bus tenētes qui exercentur, primū quidē quiete, postea uero uehe-
 mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
 redeunt cedant uiolenta compulsi, postremo uero eum e mani-
 bus reiicientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori
 aduentu

lib. 6. coll.

A aduentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime re-
 stituendo dimittunt, ut ex congressū si non ualde aduertant, retro-
 cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dū propinquat,
 quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re-
 uolutis. Haec tamen Antyllus, qui tamen figurā Coryci ut pote om-
 nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen asse-
 qui possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia co-
 riacea existisse, alioqui si angulare fuisset in occurſu & manus, &
 pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius,
 sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum con-
 tendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram di-
 stasse. De hoc intelligēdum est adagium illud, *πρὸς κόρυκον γυμνά-
 ζεσθαι*. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatū est. De

B hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi
κορυκομαχίαν, falso a Cornario sollem interpretatam, ad attenuan-
 dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
 taeus, ubi pro elephantiorum exercitationibus *κορυκοβολίας* pro-
 bavit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut facu-
 li iactus, inepte satis tranſtulit. Eandem quoque intellexisse Coe-
 lium Aurelium existimo, cum ad polysarciam diminuendā cory-
 comachiam (sic enim legendum est) commendauit ijsdem prope
 remedijs usus, quae ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde
 argumentatus sum, Auctorem sicuti cetera, ita & corymachiam ab
 Hippocrate mutuatum esse. quamuis textus iudicio meo depraua-
 tus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella-
 ri, censuerunt aliqui: quorum sententiam postquā in superioribus
 C refutauimus, nil aliud dicendum est. Atq. haec de quattuor pilae lu-
 di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-
 ni, & coryco. quae omnia diuersa inter se existisse, non modo ex
 descriptionibus nuper allatis manifesto cōstat, uerum etiam ex Ga-
 leni uerbis in secundo de tuenda uoletudine scriptis: ubi inter cete-
 ras gymnasiolorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
 magnam, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imita-
 tus. quod profecto non fecissent nisi quaedam inter se diuersa existi-
 tissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitatio-
 nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur,
 parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque
 bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex-
 citationes usurpassē, neq. ad uoletudinem, ac agilitatem compa-
 randam, augendam ue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari

autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas ex D
 ercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medi-
 casq; exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictū est a
 nobis: quoniam & ueterum, & recentiorū tam Graecorū, quā Lati-
 norum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes *παίδιαις*,
 & ludos uocarent, aut quod a pueris qui *παῖδες* Graece dicuntur,
 ut plurimū fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco
 agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiāt. ludi
 uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quo-
 niam solatij, & uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos.

Cap. V.



OSTQVAM pila ludēdi Graecis usitata genera satis expla E
 nauimus, superest & ea, quae a Latinis & in usu habita,
 & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus
 ambo conuenerint, & in quibus diuersi fuerint, perspi-
 cum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiā apud
 Latinos, quibus ludebant, inuenio, sollem, trigonalem, paganicā,
 & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio
 Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila ma-
 gna ex aluta confecta, soloq; uento repleta, quae si maior erat, bra-
 chijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut
 apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Ro-
 mae in foro ante ianienas pueros pila expulsi ludere; & apud Pro-
 pertium lib. 3.

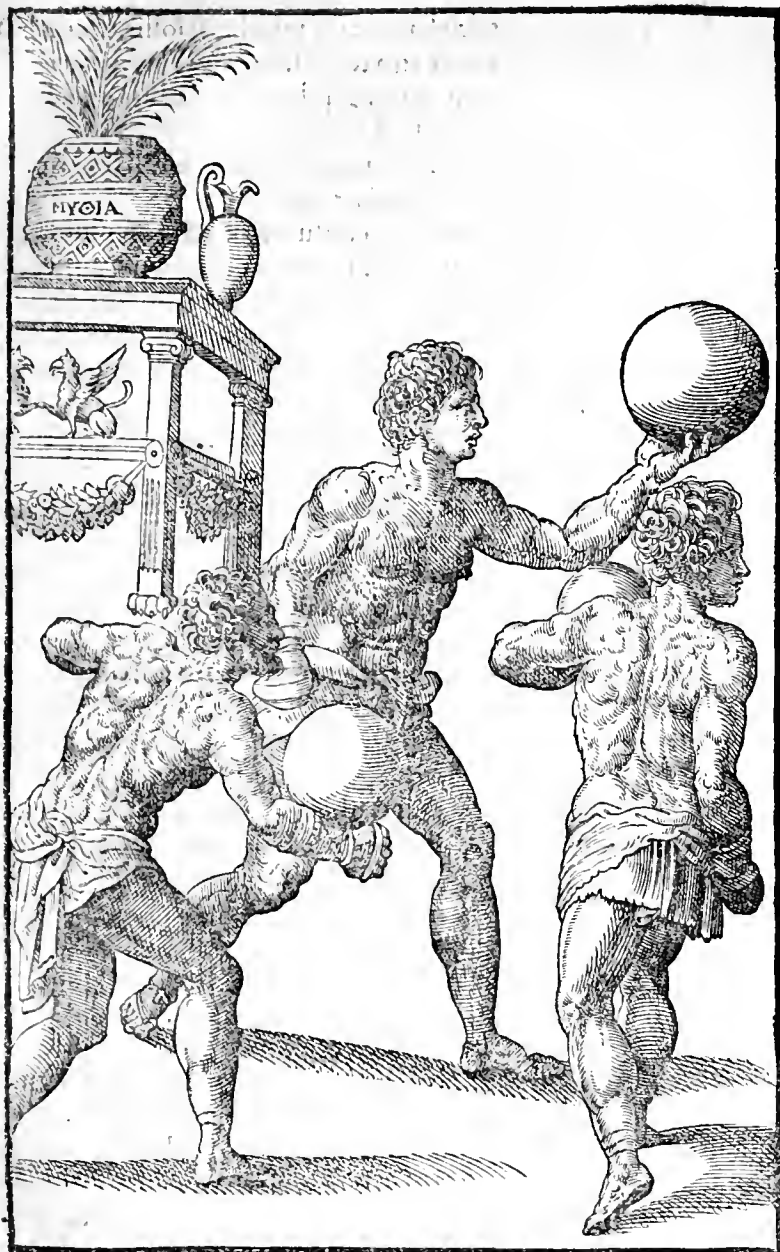
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
 interdum quoq; pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2.

F

Sen pila uelox

Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani
 tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex qui-
 bus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam ha-
 buisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas
 adhibitum esse, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sa-
 crificatorijs uasis colligere non est difficile.



Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud D Plautū in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriū faciā; uocabatur. Interdū quoq. hanc eandem pilam Folliculum appella- tam credo, sicutia Suctonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec confueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij re- spondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecil- les inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14.

Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,

Folle decet pueros ludere, folle senes.

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus lusui locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnum nō paterentur; & propterea, cum solum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri potest ut pauimento luderent, sed puluere humili & exiguo illud adsperge- retur, ita ut pilam resilire non impediretur, atq. ludentiū pedes ma- gis firmarentur. Nā in puluerulento solo fieri hanc exercitationem consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire nescientem in hunc modū carpit:

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,

Menogenen, omni tu licet arte uelis,

Captabit tepidum dextra laeuq. trigonem,

Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,

Colliget, & referet lapsum de puluere follem,

Et si iam lotus, iam soleatus erit:

Numquid autem ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secun- dum Graecos auctores enarrauimus, uariae sententiae fuerūt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorū idem fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. na let. corycum follem traduxisset, in sexto post modum libro magnā pilam iterum follem transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenum, qui expresse & pilam parua, & magnā, & corycum distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuisse: atque hanc opinionem maior pars recentiorum

scri

2. f. tu ual.

A scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasium caput Coryci, de folle pugillatorio inscribendum iudicarunt. sed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, quod ludentes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, quod Oribasius ludum pilae magnae non modo aegrotis, sed etiam conualescentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuisse follem, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnasiolorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderunt, quibus ego libenter assentirem, nisi Martialis dixisset, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam esse censuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cum follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, cum illos ignorasse, nemo enim est, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nonnulli, ubi ea exercebatur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilam simplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro septimo.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis

Praeparat, aut nudistipitis ictus hebes:

Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,

Non harpasta uagus puluerulenta rapis.

Si enim sola quattuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae prominentur, Trigonalis sub pila simplici complectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiusmodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero peragetur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demonstrat, lutores ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim

lib. i. c. 6.

cissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D
summam ludentium laudem fuisse uerisimile fit; sicut in lib. 7. ubi
Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacien-
da excipiendaeq. pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo

Vinctae det fauor arbiter coronae,

Nec laudet Polybi magis sinistras.

& libro. 12.

Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem.

& libro. 14.

Si me nobilibus scis expulsare sinistris

Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē mo-
do mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, co-
prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, &
quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur ue- E
ro Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4.

Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dice-
rem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines luden-
do ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pi-
lae tenore magis incallescere: uel quod locus, ubi ludebatur tepi-
dario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci,
quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisi-
mile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sen-
tentia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse bal-
nea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum
dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euade-
bat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerētis F
dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,

Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis
M. Aurelij Antonini apud Byzantios excussis hunc in modum ap-
paret. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci ad-
hiberi solitum, memoriae proditum est.



Succedit paganica pila sic appellata, quod esset vulgaris admodum, D
c in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu habe
retur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Romā in quat
tuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitato
res Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paga
nica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex
corio pluma repleto, trigonali latiore, non ita tamen ut est follis,
laxam, sed duriolem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi
quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tan
to difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia
comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma
replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequa
que durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmo
dum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. E

Hæc quæ difficilis turget paganica pluma,

Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquā
do trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari
hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitatio
nem in usu extitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis

Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui
se in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps sta
tim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter cete
ros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparato
rios paganica quoque adnumeratum esse. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitu
dinem idem prorsus uidetur quod ἀρπαστὸν Graecorum: erat enim
pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis,
& ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum
habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpa
stum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον δὲ τῆς σφαίρας ἀρπαστὸν,
,, φενίδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: id est, Lusus au
,, tem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego
maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ce
teras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc temporis nul
li ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius ma
gnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in li
bro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediā inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamē ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Sive Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro. 7.

Non Harpasta uagus puluerulenta rapis & libro. 14.

Haec rapit Antei uelox in puluere Drancus,

Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omniā argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod

B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter

Quidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,

Materia ludunt uberiore uiri.

Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,

Armaq., & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi re mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit,

Harpasto quoq. subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum sollis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae lignae mentionē facit,

C de qua posterius uerba faciā, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.



Res saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicā, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertio modo, quā scrupulosissimā uocauit Columella, subnectēda uenit, de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diuidit

3. de arte
amandi.

Lib. 1. sen-
3. trac. 2.
cap. 2.

In prooe.
lib. de re ru-
stic.

dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel **D**
 rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel
 similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel in-
 troducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut
 non mutati; de saltatione haec concludit: αὐτῶ δὲ τῶ ρυθμῶ μιμῶν
 ται χωρίς ἀρμονίας, οἱ τ' ὀρχηστῶν, καὶ ἄρ' ἄλλοι δὲ τ' σχηματίζο-
 μένων ρυθμῶν, μιμῶνται, καὶ πάθη, καὶ ἦθη, καὶ πράξεις. idest, Nu-
 mero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim nu-
 merosa gesticulationis uarietate, mores, passionēs & actiones imi-
 tātur. Ex qua oratione apparet, ὀρχησιν, siue saltationē, nihil aliud
 fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis,
 artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominū mō-
 res, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuiliū dixerat, nihil esse
 in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam **E**
 numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis
 actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus effi-
 ceretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expref-
 sit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium saltationem tres partes ha-
 buisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ip-
 sa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac
 harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse,
 quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae re-
 praesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionem-
 que, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando salta-
 tores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
 chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
 bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au **F**
 tem fuisse nō proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae,
 caeli, uicinatorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declar-
 rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias
 nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, pro-
 pria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & ha-
 bitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationi-
 bus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque
 etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo
 motu facta cōsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitabant, nisi quod
 sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & fi-
 guris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declara-
 bant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones ho-
 minum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

Cap. 4.

Prob. 15.

7. de leg.

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Putarchus, tempestate sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quis autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse sicelissare; post quem Chleophrantus Thebanus, & Æschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλίσμας Sicularum uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Loco citato.

8. dipnos.

Ὁρχηστὰς Ἀγλαίας ἀνάσσειν ἐνρυφάρετ' Ἄπολλον: id est:
Saltator rex splendoris, pharetrateg. Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiaram, uel lyrae, uel alterius instrumenti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fuerant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troxenicae, Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus sic Iuuenalis.

*Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendant clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae*

Sat. II.

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodā Lacone, seu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuenta, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

Gymnastica

G



PYRRHICHA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Aemaneſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue maſtrisinos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabi-
liores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, mollosica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrisimus. Teleſias a quodam uiro Teleſio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus

B existit, has saltationes *δίνες* uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthemia, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, maſtrisimus, apochinos, & solas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaemati-
ca. quae omnes quomodo fierent, non est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiã saltationẽ tot atq. plures ad huc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atq. tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retror-
Csum, uel dextrorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuari-
catio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur. 7. Phys.

De fine saltationis, & de loco.

Cap. VII.



CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerisimile sit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps *χερσονομία*, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

G ij nem

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad reprae-
sentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue
brachia mouerent, significauit & Ouidius, ubi dixit:

Si uer est, canta, si mollia brachia, salta. &

Brachia saltantis, uocem mirare canentis.

loc citatis.
1. & 2. d. ar-
te aman.

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilomi-
nus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad
ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrifi-
cia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Gale-
nus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui tempo-
ris homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, qua-
si solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod
pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E
etiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex
Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod
omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata non ob aliud inuenta fuit,
nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hos-
tes effugere, modo inuadere, aliosque gestus bellis gerendis necessa-
rios perdicerent. unde apud Xenophontem Paphlagonες Mimā
saltatriculum a Myso pyrrhichiam saltare iussam conspicati, admirā-
tes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna
uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se ex-
cellenter in fabula gessisset, illum sibi imperatorem Athenienses
delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem salta-
tionem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae non
parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F
quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippo-
crate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum
aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris salta-
tiones alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem
praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sa-
nitati restituisse, aliosque in ea solius saltationis auxilio conseruasse
confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera
a medico petita recensuit, dum dixit: ὁρχησῶν αἱ σύντονοι κινήσεις
ἐν αἷς ἄλλονται μέγιστα, καὶ πρὸς διδασκάλους σπρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
ὁκλάσαντες ἐξάνιστανται, καὶ ποροσύρσει, καὶ διαχίρουν ὅτι πλεί-
στον τὰ σκέλη. idest, saltatorum uehementes motus, in quibus maxi-
me saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non
genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attra-
hunt

2. de dicta.
libro 1. de
cur. chr.
cap. 1.

A hunt, diuarcantque. ut dubitare nemo debeat, quoniam Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophotis se saltatoriam tum ad ualitudinem efficiendam, conseruandamque; tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent; uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, atque etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, *ὑπο τῶ κινεῖν τὸ σῶμα*. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi

B quoque interdum saltabāt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicius poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualitudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans emanauit.

In Mil. glo.
actu.3.

C manauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono symposiaco, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnasiarum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiujs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaesticam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus; atque haec satis de ipsa.

Li. 14. dig.



DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaeatricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operaepretium est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητική siue deiectionaria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xyltus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudq. prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de vino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermississent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricerentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, bini, quoniam etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiore exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec exer

In Pseu.
actu 5.

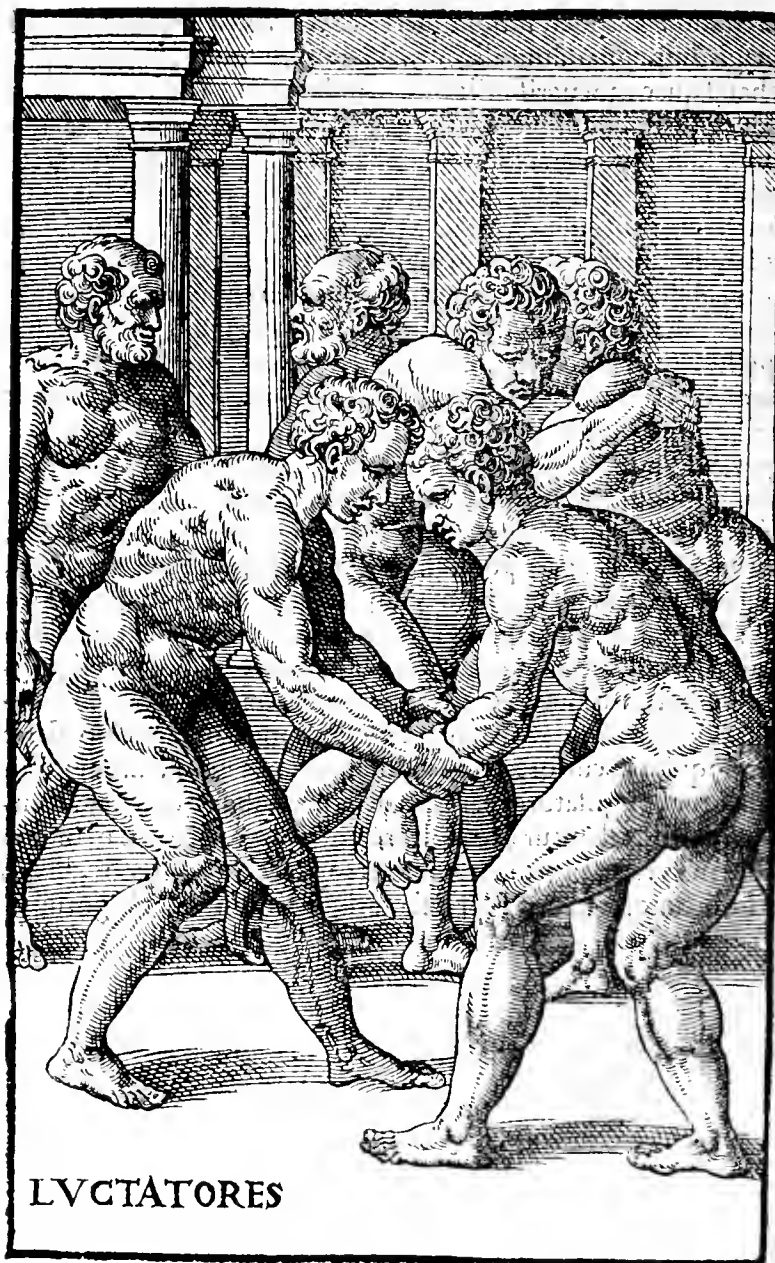
cap. 8.

2. de diff.
pulsu 6m.

2. Symp.
prob. 4.

exer

A exercitatio *πῆλη* idest luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima existit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde *Soficles* *πάλιν* *ὑπὸ τῆ παλευεῖν*, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. *Philinus* autem *ὑπὸ τῆ παλαιῆς*, idest a coniunctis, simulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur *Iulius Pollux*, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est; & proinde melius sensisse uidentur illi, qui *ὑπὸ τῆ παλῆναι* natam & dictam *πάλιν*, credunt, siue *ὑπὸ τῆ πάλλιν καὶ πάλλειν*, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoq. ac Hippocrate usurpatum testatur *Erotianus*; alterum apud Platonem in *Cratylō* a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam *ὑπὸ τῆ πηλίσιαζεν, καὶ γίνεσθαι πέλας*, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabantur, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari mittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in *Syracusano*rum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis *Ligorius*.

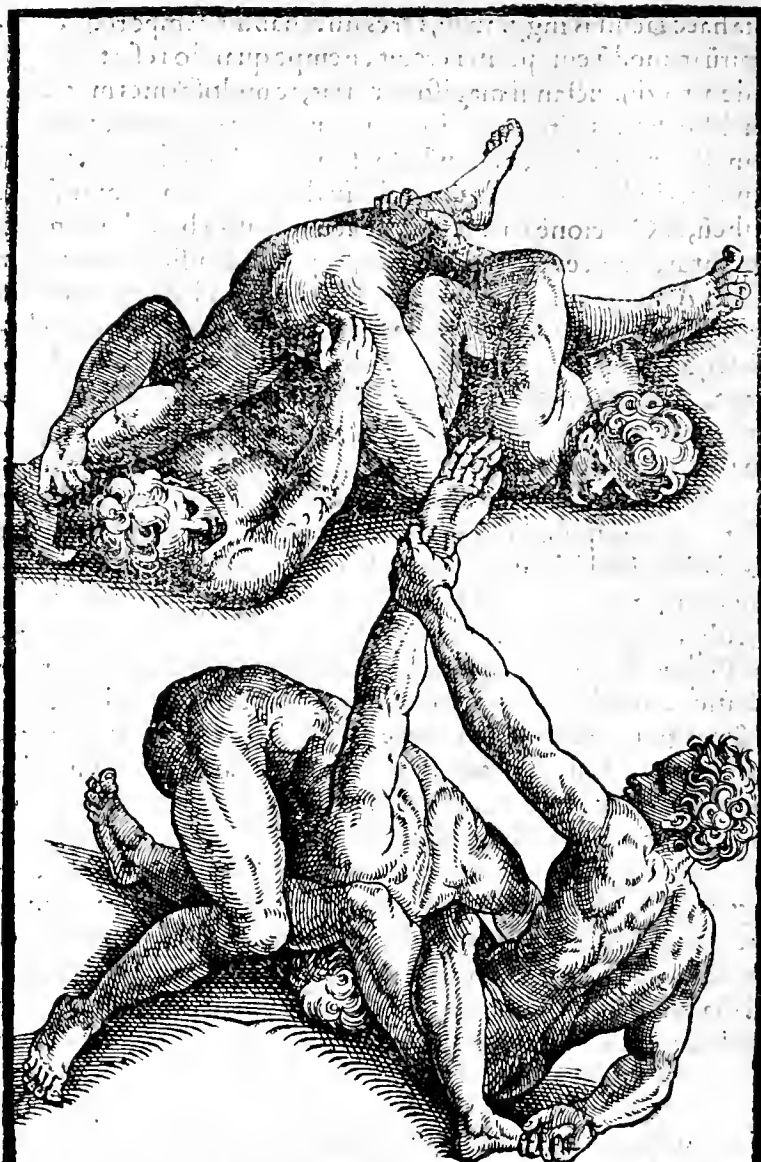


LVCTATORES

A Totahac facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirū in modū eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exerceantur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeuntes, uictoriā adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheū, & Cercionē scribit Plato: Secundū ut ad bella homines exerceantur, quod exercitationis genus, primo in usu positum a Iij Theseo Atheniensī principe; alij a Phorbante Thesei paedotriba referunt. tertiū ut homines; & pueri luctantes optimū corporis habitū acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quodam pacto ab alijs diuerso se remittere cōsueuisse testatur Galenus. 7. de leg.

B Hoc tamen animaduertendū esse duco, Galenū non modo luctam athleticā, quā respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerū & sanitati studētē interdū parce laudasse, ut pote qua robur quiddē augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorē, & magis uiro dignā facit, quae μετ' ἐν γήμονος & gratia bonae, ac utilis ualitudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solūmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cōsideranda sunt. Alterū, q̄ palaestra aliquando significat totū gymnasiū, ut supra declarauimus, aliquando locum

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locū, in quo soli luctatores, & pancratistae uolutatorij exercebantur; quorum certamina grauiapud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiā innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterū q̄ duplex erat pancratiū, primum de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cōpositū. Secundū q̄ uolutatoriū nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autē uolutatorio humi prosternebantur; atq. ibi inuicem cōplicati; seq. mutuo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quē admodum clarissime monstrāt depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriā edidit. lib. de machinamen.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse; ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit.

Lib. de cōi
animaliū:
gressu.

Non amo qui uincit, sed qui succumbere nouit

Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλιν.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium;

6 collect.
cap. 27.

B uoluatione, ab Hippocrate ἀλινδήςσις nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uoluationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit.

6 de dicta.

2. d. tu. ua.

De Pugilatu, & Pancratis, & Cestibus. Cap. IX.



PUGILATORIAM πυγμαχίαν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur-

Prob. 5.

Cui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originē accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt.

Lib. 3.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatū idem penitus existisse uoluerunt. ex auctororum tamen scriptis coniectura consueui, qui possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαίρομαχέειν, uel loris laminae circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius seriebat. Tyrrenos ad tibiam πυκ

τένειν

2. Symp.
Prob. 3.

In Eun.
act. 2. sc. 3.

1. de alim.
fac. c. 2.

Plau. in E-
pidico.

τίθεν. solitos fuisse, ex sententia Eratoſthenis refert Athenaeus 4. D
Dipnoſoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori
inferuiſſe, teſtatum reliquit. ego uero ita ſentio, pugilatum inter
exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, ſed pro ſa-
nitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in
uſu in gymnafijs fuiſſe. ad quod credendum duabus potiſſimum
rationibus adducor, quarum prima eſt, quod Galenus bis, uel ter
ſolummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem di-
ligentiſſime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione
habuit, ſicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaco,
qui in uertiginofis pugilatum commendare uidetur: niſi (quod ego
ſuſpicor) ſit Graccus contextus deprauatus. Quod ſi pugilatus me-
dicæ gymnſticae exercitationis genus exſtiſſet, aequum certe
erat, non adeo ab omnibus ſilentio praeteriri. Altera ratio eſt, E
quod, ſi naturam pugilatus exacte ſpectemus, cum percuſſiones, &
euitationes bellum gerentibus neceſſarias aemuletur, ut dicebat
Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere ad-
iuuet, inſitari non poſſumus; at cum ſolum brachia, atq. pugnos
exerceat, interdumq. potius plagis ac grauib. percuſſionibus cor-
pus offendant, quomodo ualeitudinis conſeruatiōi, boniq. habitus
acquiſitioni conſerre poſſit, non uideo: ut tuto dicendum ſit, pugi-
latum in gymnſtica medica exiguum uſum habuiſſe, in militari
uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores
fuiſſe Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec
non in qua adeo Glacus Caryſtius excelluit, ut quinta & uigeſima
Olympiade coronatus pyctae id eſt pugilatoris nomine per excel-
lentiam mernerit uocari. Pugilatores iſtos pinguedini comparan- F
dae operam dediſſe, legitur apud Terentium. quod agebant, ut gra-
uius percutere ualerent, & plagas ipſis illatas minus ſentirent: eſt
enim experientia & ratione comprobatum, obefos minus excarni-
bus iniurias ſentire. Cur autem Teſprio ille Plautinus, ab Epidico
interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, reſpondeat, pugili-
ce atq. athletice, non eſt admodum difficile coniectura conſequi.
quod etiam Galenus ſcriptum reliquit, Luſtatores potiſſimum
athletas ueros eſſe uocatos, ſed paullo ante ipſius tempora etiam eo-
dem nomine appellatos fuiſſe pugiles, & pancratiaſtes. qua de re
ſieri poteſt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuerſi eſſent, utriq.
tamen robori, & corporis craſſitiei ſtuderent, & iccirco ſeruus ille
merito pugilatum, & athleticam ſeparauerit, herumque ſuum
robuſtum, & pingui uentre eſſe ſignificarit. Ex luſta & pugilatu
tertium

Atertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant; pancratiaestae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differabant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo inflexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: *ἐν δὲ ἑκά-*

Cap. 5.

lib. 5. elia.

1. de motu muscul.

τος τῶν δακτύλων καμψῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα ”
B τοῖς ἐν πανκρατίῳ ποτε ταχόσιν αὐτὴν ὁμοίον, hoc est, sin autem ”
 unusquisq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis euadet, qui ipsam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebāt pancratiaestae, ut nomen quoque significare uideretur, ualde accommodata erat; his de causis exercitatio haec *παμμάχιον* uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum *πάμμαχον* dixit, necnon ambobus difficilior certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pancratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum de salubri diacta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant constitui, inter exercendum *προσάψειν, καὶ σωματομαχεῖν*, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarent, sed nudi, ac sine complexu. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro uulnere pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum

2 d. tu. na.
cap. uli.

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pan-
cratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs,
qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc ma-
gna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferen-
dum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquē prae-
cipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athle-
tica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis; &
certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat
atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarēt,
qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus,
quem Pittacus Mitylencus singulari contendens certamine recte
sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item
fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis
dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatu uel potius **E**
eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus perageba-
tur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus au-
tem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta, quae
manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo ponde-
re aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes se-
ipsum ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugi-
libus proprie uocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniun-
ctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes. nonnum-
quam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum
quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri so-
litos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartano-
rum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc mo-
dum scribit.

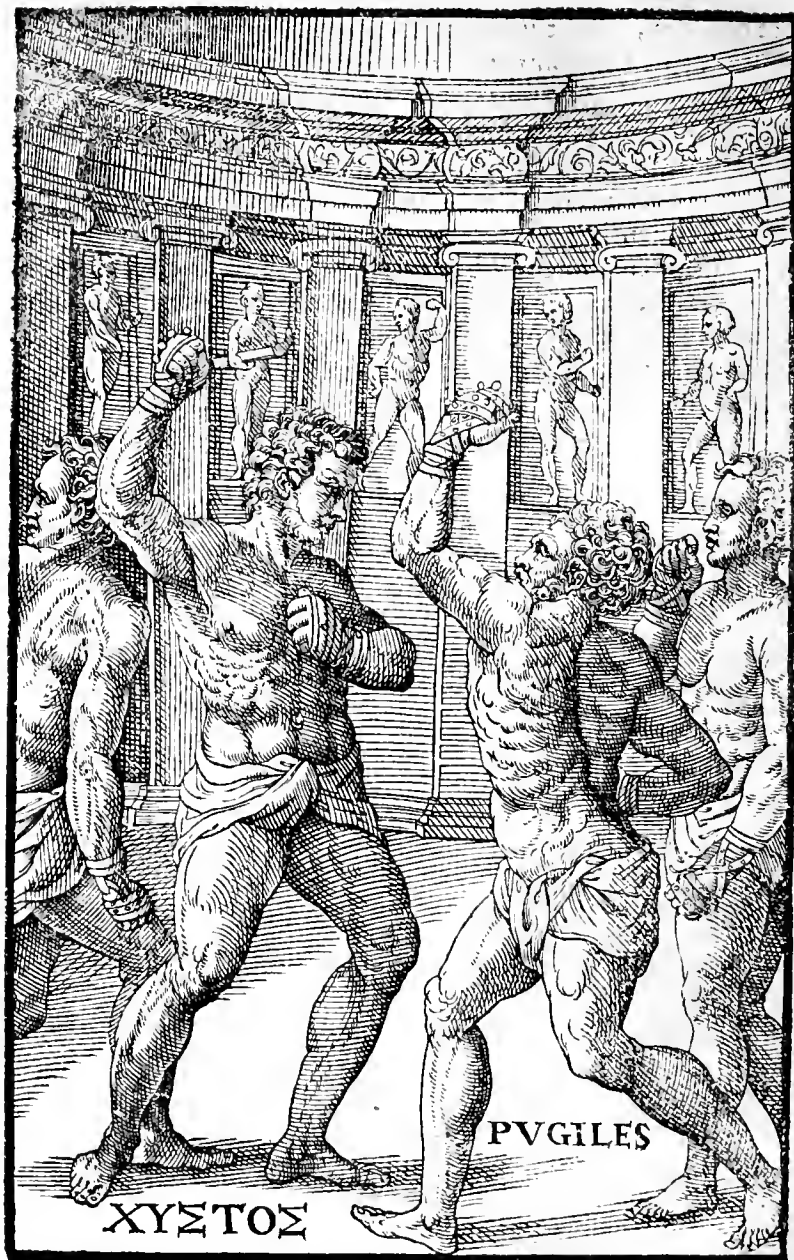
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis
studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile
cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cesti-
bus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto
pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos
hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, &
ictibus, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut
ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possu-
mus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatio-
ne afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uolupta-
te in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim cla-
rum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-
luce

A luce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

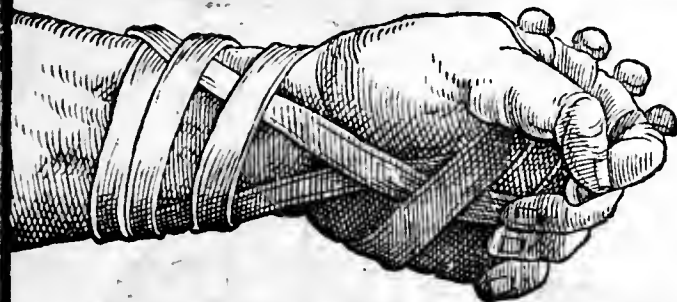
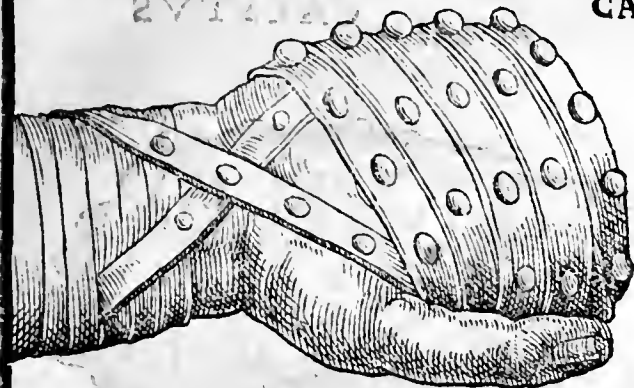
*Sparta therapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amycum suspexit arenis.*

similiter Virgilius Entellum, ac Darcem, & Ovidius Brotheam, §. Aneid.
ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugila- §. metam.
rum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gym-
nastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet.
Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipso-
rum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex
gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Li-
gorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.

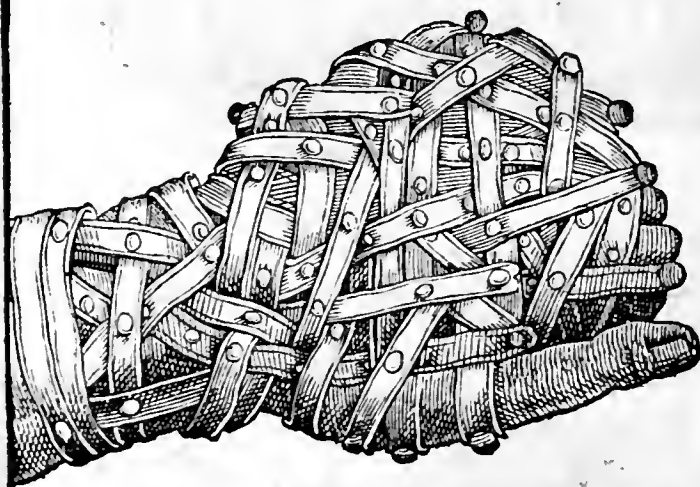
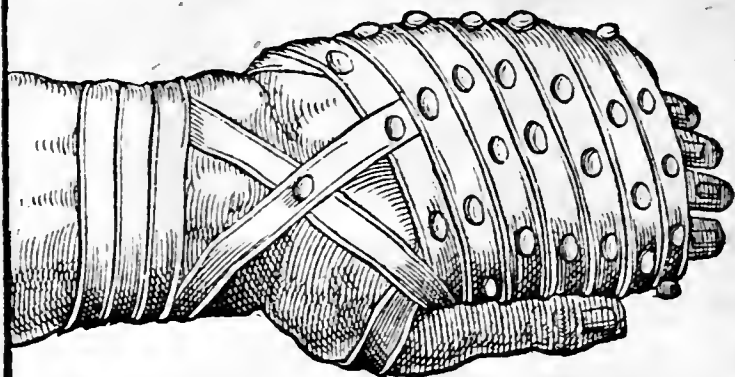


2711111

CAESTVS



CAESTVS



A Nonne *De Cursu*. *Cap. X.*

Nter cetera, quae ob uitae conseruationem animalibus à natura tributa fuerunt, currendi potestatem praecipuam esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiorum, & omnium offendere ualētium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia

Ba natura in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae causa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti non aegrè tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoq.

Cin loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solēt, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae, primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exemplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Istmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contentisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerum num-

lib. de cōi
aīal. gref.
li. 15. d. ufu
partium.

In dialogo
de gymna-
sijs.

li. II. c. 37.

5. & 6. Elia
corum.

H ij quam

quam curforem nisi seruum uoluisse, quod diceret, ingenuum nō
 8. de leg. nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bel-
 licas exercitationes ita cursum commendauit, ut non modo uiros,
 & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque
 tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in
 stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis
 sententiam secutus Vegetius in commentario de militari exercita-
 tione scriptum reliquit, ad cursum praecipue iuuenes, qui militari
 disciplinae incumbunt, assuefaciendos esse, ut maiore impetu in
 hostem currant: ut loca opportuna celeriter, cum usu uenerit, occu-
 pent, uel aduersarijs idem facere uolentibus praeoccupet, ut ad ex-
 plorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius
 terga comprehendant. Refert Sallustius de Magni Pompeij exerci-
 tatione eum cum agilibus, saltu; cū uelocibus, cursu; cum ualidis, H
 uecte certasse, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuisse, ni-
 si se, & suos milites huiuscemodi frequentibus exercitijs ad bella
 praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bel-
 lica inmaximi momēti fuisse, & quemadmodum athleticū quattuor
 praecipuas habuisse species, stadium, de quo D. Paullus loqueba-
 tur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam
 certare; dolicum, diaulum, & armatum; in quorum postremo bis
 Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde *σαδισδρομοι, δολιχο-*
 lib. I. c. 9. *δρομοι, διαυλοδρομοι, επιτιδρομοι* dicti sunt, horum exercitato-
 res. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. li-
 bro non oscitanter uidit, intelligere facile potest, cursum inter ex-
 ercitationes sanitati ac bono corporum habitui conferentes non
 lib. E. po. exiguam partem habuisse: quando etiam Seneca inter exercitatio- F
 1. xv. nes corporis, quarum rationem habendam censuit, primum lo-
 cum cursui dedit. Huius tres tantum species effecisse Antyllum re-
 perio, alteram in anteriora currendi, alteram in posteriora, alterā
 1. lib. tu ual. in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum
 cap. 10. reperiri sciam, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum
 diu cursum significare, quem tamen maior pars auctorum duplicis
 stadij spatium exstitisse censet, alterum uero definiunt fere omnes
 fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaq.
 stadium erat cursus unius tātum stadij, dolichus duplex uno cursu
 stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri
 posse credam perystilij interioris anbiūm, quem diaulum, ob
 duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiusce-
 modi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehendi-
 tur,

Atur, quod apud Suidam legitur, stadiodromios longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημι πολυσιχίν' ὅππ' ῥά μ' αὖτος ἐμὴ μάσας

Εἶναι, μὴ ξήτει ἐν σάδι' ὁ δόλιχον.

Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δόλιχε δρόμος ἐν σάδι' ὁ δὲ

Ὅξυς ἐλαυνόμενος πνεύματος ὅστις τόνος.

Idem ex prouerbio μή ζήτει ἐν σάδι' ὁ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori nō esse quacredā maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabāt, prout necessitas, cōmoditasue postulabāt, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per praeta, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quis-

Bquam; quod ualitudini studentes extra gymnasia quoq. currerēt; propterea quod loca similia cum haud quaquā omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdū homines, prout ualitudinis ratio exigebat, extra gymnasia p̄dire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exstat Aristotelis sententia, quod currētes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aspiratoria incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

2. partic.
prob. 30. &
partic. 38. 3.

De Saltu.

Cap. XI.

C**V**R S V I saltus, ἄλμα a Graecis gymnasticis uocatus, nō parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἄλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicā exercitationem effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā prorsus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenes, qui militiae operā nauant, ad saltū praecipue exercendos esse, quo uel fossae transiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cū eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltū locū habuisse, praeter Pin-

lib. 1. de re
mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum D
primum hoc uersiculo fecerunt.

ἄλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος καὶ πάλη,
id est,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

testat abunde Aristoteles, q in libro de cōmuni aīaliū gressū scriptū
reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehen
sis maiorem; & concitatio rem saltum edere, quam non comprehen
sis. quod item post ipsum Theophrastus in libro *ᾧ ἐκ κόπων* plane
confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruif
se, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarū
exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium dili
gētius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, &
quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, **E**
& saltare inter se differunt, quoniam *πῆδ ἄν*, siue exsilire est motus
quidam cursui similis, quādo scilicet eodem in loco corpus manet
poplites inflectendo, & circummuchendo, saltus siue ἄλμα est mo
tus ferme continuus in sublimē, uel tamquam medium, uel tam
quam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus,
ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, nume
ris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Senecam in
tellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commēda
bat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui
saliaris, aut fuloniū dicebatur. Exsiltione olim utebātur Lacenae
mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant,
ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim infle
xis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres **F**
postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium,
ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nūcupatum, auctor est Plin
ius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in
gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltā
tes uacuis manibus seipsos in sublimē agebant: de quo uerba faciēs
Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continentem age
re motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae
gratia sessorēs sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese
mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero, quando
manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehementius saltā
rent, quae ponduscula tamen ab Aristotele, & Theophrasto ἀλτῆ
ρας nūcupari sciam, tamen ἀλτῆρας aliud exercitationis genus ex
stitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare
placet,

Lib. 2.
Epist. 15

Lib. 34.
cap. 8.

Lib. de cōi
aīal gressu

in libro
ᾧ ἐκ κό
πων.

A placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnādum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halterum diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidē, uel halteres manu gestent, quam si brachio inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκῆρες, & ἀλκῆρια, sed ἀλτήρες, & ἀλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἀλκῆρες usurpata inuenire mihi contigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athleticis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atque tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσχαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πῆδ' ἂν ὑπὲρ τὰ ἐσχαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, ut melius exercebantur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestabant: quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.



An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitationē faciendā inferuīrent, ita existimo, ijs, q̄ grā ualeitudinis exercebant, hūc finē habuisse. At alijs ad gloriā quādā inznē potius tēdebāt, qđ .s. q̄ maioribus pōderibus onerati lōgius, & altius saltarēt, ij maioribus p̄mijs, atq. honoribus decorarē-

A tur. Erāt quoque q̄ supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarēt; inter quos uictōres ij cēsebant, q̄ ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi p̄ uictoriae p̄mio utrē cū uino ferebāt; q̄ uero terrā natibus p̄cutiebāt, nō sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebāt. Id autē antiquus obseruatū in ludis Baccho dicatis, quos ἀσכולία uocabāt, p̄dixit, in q̄bus utres caprinis pellibus cōflati saltibus calcabant in caprarū cōtēptū, q̄ adeo uitibus infestae credūtur. De hoc Aristophanes in Plato: ἀσכולία ζενταῦθα πρὸς τὴν αἰθερίαν. i. hic sub dīo supra utrē salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretē: καὶ πρὸς γὰρ τὸ ἀσκὲν εἰς μέσον καταθεντες εἰσάλλεσθε, καὶ καρχαζετε ὅπτι τοῖς καταρτίεσιν. i. Quare utrē in medio collocātes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.*

s. partic.
Prob.
Li. de lass.

B *Mollibus in pratis unctos saliere per utres*

Sed illud nō ignorādū, qđ scriptū est apud Iul. Poll. ἀσכולιά ζεν, tā de his, q̄ de uno subleuato pede, altero solo saltatib, dictū cē apđ ueteres.

De Disco & halteribus.

Cap. XII.

Disci iactū inter exercitationes gymnasiōrū haudquaquā infimū locū habuisse, nō modo Gale. clarissimis uerbis affirmavit, Propert. p̄dixit, uerū ēt Vitruuius elegātissima quadā historia apte insinuare uisus est, apud quē legīt, qđ cū Apaturius Alabādeus Trallibus scenā excellētissime finxisset, ad spectusq. eius p̄pter asperitatē eblādiret oīum uisus, & iā id opus p̄bare fuissent parati, tū Licinius Mathematicus p̄dixit, & ait Alabādeos fatiscutos ad oēs res ciuiles haberi, sed p̄pter nō magnū uitiū indecentiae inspicētes eos esse iudicatos, qđ in gymnasio eorū, q̄ sunt statue oēs, sunt caussas agētes, in foro autē discos tenētes, aut currētes, seu pila ludētes: notauit. n. mathematicus quod, sicuti statue caussas agētes fori sunt p̄priae, ita dī scū tenētes gymnasiij, & ob id indecētē inter locorū p̄prietates statū signorū publicae ciuitati uitiū existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiq̄s illis discus gymnasiij exercitatio, quā an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerēt, nō admodū mihi cōstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnōpe futuris optimis militibus cōmendat, disci quoq. iaculationē subintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillē Agamēnoni iratū Myrmidonas suos a pugnādo remouisse, atq. illos ipsos ne torq̄scerēt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuisse: quasi si nō laedēdis hostibus, saltē uariae agilitati ipsorū cōparādāe hmōi exercitatio accōmodata eēt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nō ī publicis certaminib, cōtēdisse, manifestū facere pōt cōsautorū sp̄ia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & praeter hos p̄ctura, quam hic damus.

2. d tu u2.
Libro 3.
lib. 7. c. 5.

ΔΙΣΚΟΒΟΛΟΙ.



sicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes sanitati & bono corporis habitui conferentes discum recensent. Sed, priusquam longius progrediar, rationi consentaneum puto admonere, Discum penes scriptores uaria significasse, nam testatur Suidas, discum

A scum fuisse instrumentum quoddam rotundum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoīe eleuari posset: ueluti a D. Hieronymo de seipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsim, nunquid in gymnasio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui scuti figuram formatum, neq. lorum, neq. balthicum habentem uidisset, qui grauis, & comprehensu difficilis erat, cum manu sursum extortum in aerem aliquos iaculari consueuisset, subiungit: Aliquando etiam inuenio, instrumentum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod ab Alexandro in ij. problem. (siue is Aphrodisiensis, siue Trallianus, quod magis suspicor, exstiterit) solis corpus *δίσκος* uocetur. Vocatus similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulae in mensis ferebantur. Vnde *δίσκοφόροι* appellati sunt, qui quadris ferendis destinantur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumenti, de quo nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita perditum inuenio. Interpretes Homeri Eustachius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέπροντο, id est, *ludebant discis*, inquit: *δίσκος ὅστις βαρὺς λίθος, ὃν ἐρέϊπεν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδιρῶν, σόλην προσεγορεύουσιν*. Vnde secundum huius sententiā patere potest, discum fuisse lapidem grauem, quem exercentes se proijciebant, & cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Martialis his uersibus.

*Splendida cum uolitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.*

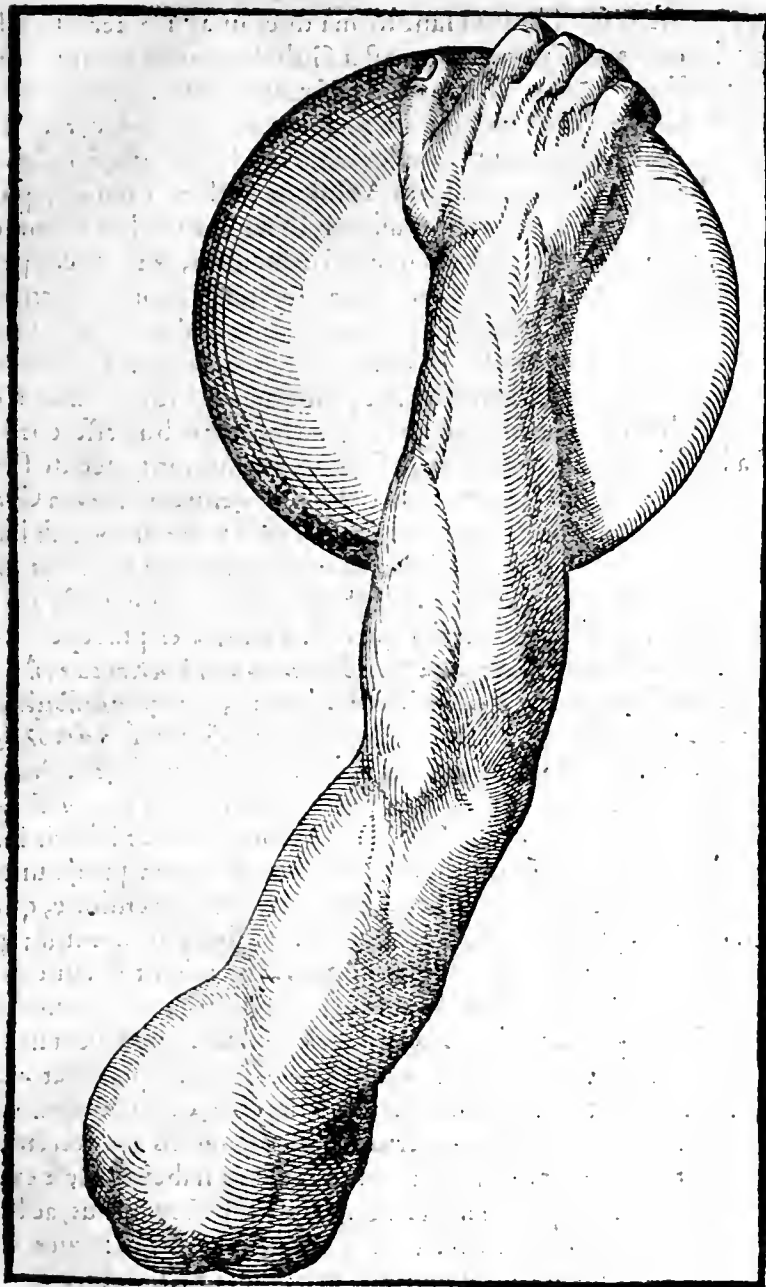
Alij, quibus ego assentior, crediderūt discum fuisse laminā quādā triū uel quatuor digitorū crassitudine, lōgiore paulo plus pede, alias lapideā, alias ferreā, (aeneā quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius) cuiusmodi maiore partē, ne, dū ex alto rueret frāgerentur, fuisse puto, planā quasi lētis specie referentē, quā in aerē pīciebāt, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis brachia pādebāt, mox prorsum impellebāt contra in disco manu ad petus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illū in aerē eiacularēbātur, ut pbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

Misile nunc disci pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similē habuerit, praeter Dioscoridē lenticulam *δίσκον* nuncupantem, expressa hic comprobatur Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptistae Victorij seruatur, in cuius manu discum figura a nobis expressa positum uidere licet.

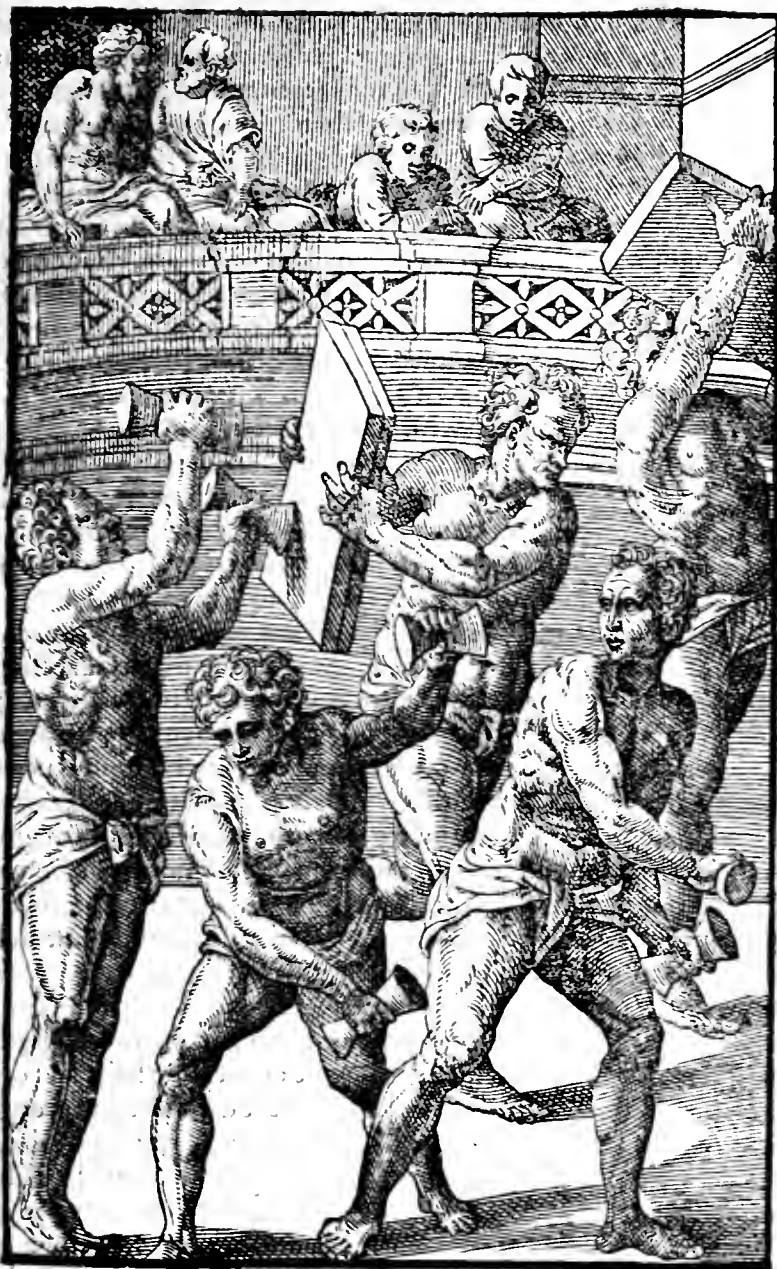


qđ itē ostēdit alterius discoboli brachiū Lapideum hodie in magni Tū
sciae ducis aedibus Pittis uocatis seruātū, ex quibus similiter discū eia-
culādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctissimus Pe-
trus Victorius aetatis nostrae ornamentū, q̄ brachij figurā ad nos misit.



Harum statuarum similes alias duas discobolorum fuisse uerisimile est,
 quarum unam ex aere Myronem praeclarissimum statuarium finxisse,
 a Quintiliano celebratam; aliā Tauriscum pictorem illustrem excel-
 lenter

lenter pinxiffe, refert Plinius. Hanc formā difci una cū prædictis testi-
monijs fi uidiffet, ac mature examinaffet Gulielmus ille Choulus, nū-
quā certe affirmare aufus effet, difcum pilā rotundā in medio perfora-
tam fuiiffe; nifi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatā
praeter Latinae linguae ufum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ in Mar-
ci Aurelij Imp. nummis quibufdam Apolloniae Illyrij excuffis, quo-
rum exemplar fupra pofitū eft, huiufmodi Difcobolorū lufus reprae-
fentatur, in quo difcum quadram quandā orbiculatā, & in medio per-
foratam fuiiffe apparet. Vt hinc conijciam, non unā difcorum formam
exliffet, qua fiue in facrificijs, fiue in gymnafijs uterētur. illud attamē
praetereundū non eft, in difco iaculando artem quādā, ut Pindari in-
terpres oftendit, neceffariam exliffet; alioqui iaculatores laude fru-
ftrati deridebantur, & faepe damna infignia fpectatoribus afferebant,
quod a Phoebō actum fuit, quem difco Hyacinthum interfeciffet fabu-
lantur. Difco fimile erat alterum exercitationis genus, ἀλτήρες a Grae-
cis appellatū, qd̄ in palaefta actitari folitū fcribit Galenus. hoc ab hal-
teribus fupra nominatis, quos faltatores, ut uehementius faltarent, ma-
nibus cōprehēdere cōfueuiiffe, demonftrauimus, diuerfum fuiiffe aper-
te declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribafifū ita fcripta reperiūtur
in capite *ὡς ἐν ἀλτήροβολίᾳ. Διαφορὰ δ' ἔστιν αὐτῶν τῶν ἀλτήρων, ἡ γὰρ
βάλλονται ὡς μέρους τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπόμενων,
ἡ κρατῆνται μόνον ἐν πορτάσει τῶν χειρῶν ἢ συχαζέσων ὡς τὰ πολλὰ
βραχέϊα τε κίνησιν κινεμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων,
καὶ ἀναισιόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἡ καὶ σπεννυσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερ-
σὶ ὡς καμπόντων τῶν γυμναζομένων.* idest, in capite de Halteris iacu-
latione. Differentia autē eft halterum ipforum. aut enim proijciuntur
manibus extenfis, & uiciffim inflexis, aut in manuū protenfione, quae
quiefcunt, & ut plurimū breui motu mouētur, folū continentur; ipfi
uero, qui exercebantur, non fecus ac pugiles, introibant & concutie-
bant, uel qui fe exercebant, fecūdum dorfi affenfum manibus uiciffim
fe flecēbāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halte-
res huiufcemodi ex eadem materia, atque eadē forma, qua faltatorum
pōdera effe poffent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo ma-
nibus, ut faltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur,
perinde ac temporibus noftris apud multos in ufu habet, qui fe fe exer-
cent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plūbeū manibus, ac bra-
chijs extenfis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit
Arataeus, auētor nō minus pbatus, quā antiquus; ubi in dolore capitis
τῶν ἀλτήρων βολήν commendauit. Et ut poffit certior formae huiufce ex-
ercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteriftarū imagi-
nes, quas ex gemmis antiq̄s fculptis accēptas ad nos miffit Phrryus Lig.



Et ne quis a nominum acquiuocatione errandi occasionem aliquā
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἀλτήρος ἀλτήρα non pa-
rum differre: quandoquidem ἀλτήρ exercitationis genus iam a no-
bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus appren-
di solita significat, ἀλτήρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta-
tionis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus, quo nomine Itha-
censes quoque unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna at-
que aerumnis constituisse arbitror; si quidem ἀλτήρ ex Homeri uer-
sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum
atq. erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halte-
res, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in. v. Elia-
corum scripsit in hunc modū: Οἱ δὲ ἀλτήρες εἶσι παρ' ἐσχοντο σχῆ-
μα τοῖον δὲ κύκλου ὡς ἑξαμηνεῖς εἰς, καὶ ἐκ ἐς τὸ ἀκριβέστερον περὶ
ρῆις εἰσιν ἡμῖσι, ποιεῖνται δὲ ὡς καὶ τὰς δακτύλους τῶν χειρῶν διέ-
ναι, καθάπερ δὲ ὁχάνων ἀσπίδος. id est, Hi autem halteres circuli ob-
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer-
sus sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos anti-
quos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum mouēdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum so-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusus, de-
inde interproijciēdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hiscē temporibus multi, qui sicut rotulas ferreas, aut caseos, aut
quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἀλτήρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρὸς τε, καὶ σφενδοναῖς ἀμυλ-
λομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus
a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam &
ἀλτήρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus
emissi ἀλτήρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissen-
taneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funicu-
lum

Li. 4. chro.
cap. 2.

Alum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam projectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus inanibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliathem funda uti uoluisset existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs auibus uesti non paterentur, nisi quas funda sibiipsis comparassent.

lib. 7. c. 56.

B Et ideo Virgilius fundam cognomine Bailearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur balearis uerbera fundae.

1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum

Funda iacit: uolat illud, & incandescit eundo.

Quod uero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, facilius ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C

De iaculatione.

Cap. XIII.



QUAMVIS τῆς πᾶσις ἐπίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius projectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species effecisse 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικήν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides extitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio, tum solis ammentis, de quibus Silius lib. 14.

7. de leg.

hasta iuuatur amento:

tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exsilesq. infinger.

Gymnastica

I tes,

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiacularantur: at-
 que hi communi appellatione τοξῆνται uel τοξόται uocabantur;
 unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Ægine-
 ta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo infice-
 rent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficie-
 batur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & ple-
 rumq. graues palos requirebat; quin immo sagittarij solis brachijs se
 semoueant, ἀκοντίζοντες autem siue iaculatores in iactu brachia
 contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femo-
 ra pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tempo-
 ribus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspici-
 mus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non
 paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, mul-
 tos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum
 intendere, neq. telum contorquere potuisse memoriae mandauit.
 Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi pro-
 positos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia
 quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere,
 aquis, & lo-
 cis.

Lib 1. car.
 ode. 8.

li. de remi
 lit.
 li. 10. c. 15.

Gal. in sua
 ad. bo. ar.

Loco cita-
 to.

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti
 quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiacula-
 bantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti-
 quos eijcere consueisse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad insti-
 tutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & ia-
 culationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam
 proprias sibi exercitationes complectitur. Quod. n. medicinae gym-
 nastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in
 usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde ta-
 men conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem
 medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe
 atque Æsculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum ar-
 cu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos
 fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, &
 uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id
 quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippo-
 cra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari consue-
 uisse, scriptum reliquit; ut silcam Homerum, qui Myrmidonas
 Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne
 peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

iacu-

Aiaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittadi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeri pidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aëre confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uirōs, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & **B** Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exfiles, quae arcubus, & balistis eiacularantur, Plinius lib. 7. c. 56 quasq. plumbatas fuisse existimo: quam plurimorum, & praesertim **C** Pacuuij in Paulo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxi grandinat, nui: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerein latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀρόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS. GYMNASTICAE

LIBER. TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.



MULTAS exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus sortasse scitu dignae, quam illae; quarum maior pars tametsi haudquaquam in gymnasijs praecipue perageretur, neq. item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaestricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticam distribuere, cū- **E**cta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualitudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualitudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter institutum nostrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atque adhuc in sequentibus idem facturi simus: propterea **F** quod primum atque praecipuum consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de causis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae confuse de singulis simul, uel indistincte saltem ab auctoribus tā Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eadem exercitationes ab athleticis, a militiae studiis, & denique a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonem habuissimus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam existitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

Arisset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquā quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeq. uberior in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquā iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tamen corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus praerobore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subijciat: id quod athleticam non effecisse, & ideo ab omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit, ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitiorum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. Cap. 11.

QUANTUM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodam artificio, singulariq. & propediuiua prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeamus. quod cum Praedo ille circa Coracium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quā ueluti necessaria, atque in primis commodā siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualitudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non

3 deusa
parcium

lib. 5 c. 9

s. de ru. ua.
cap. II

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt; uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gesisse, nulliq. magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulantibus fabricandis inuigilandum celsuerit unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoq. solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro. 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,

Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.

Tu neq. Pompeia spatiabere cultus in umbra,

Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. ii.

Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulationem tam commoditatem, quam incunditatem maiores nostri exstruerent, atque illos modo arboribus confererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniense in Academia, quod pulcherri-
mis platanis confitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegefippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

I. 12. c. 2.

cum

Acum in numeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aesti-
ui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus
undiq. parietibus rectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne am-
bulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis ho-
die Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos ueri-
simile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tuscu-
lano, quam in montē Fausilippo uidisse, testatus est nobis Li-
gorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tu-
scorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro ap-
ud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi
non habent, sabulum iacere a parietē, aut Euripis, ubi ambulare
possint. Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sa-
nitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum

li. Epist. 2.
& 5.

B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualitudi-
nis offensionem ambulationes perficerent. Solstratum Gnidium ar-
chitectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primū
omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. xxv. cap. xii. Nam
athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debe-
mus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris
certaminibus, quibus omnibus inscruiebant, unquam eos ambu-
lando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum
exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xeno-
phon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non
ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed
alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi
dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu-
lasse, atque illam ambulationem apud medicos *ὑποθεραπεύειν* uo-
catam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apothera-
pia foret, inferius declarabimus. Militari si similiter peristiae studen-
tes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec
Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad
iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuif-
set ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambula-
re celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudi-
nem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutio-
nibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites
educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cli-
uosis, & arduis locis descendere, atq. ascendere cogerentur, quo
nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante bo-
ni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci-

In Occor.

lib. 1. de re
mil. cap. 9.
& penult.

3. de usu
partium.

In Oecon.

Coeli⁹ Au.
li. Chron.
2. cap. 3.
lib. de cau-
sis procat.

3. d. tu. ua.
cap. 2.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de-
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definier-
rit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per
consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut ueliciens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedruss, &
Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xe-
nophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum du-
centem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in
xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo are-
nosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison
male comendabant; modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuib. de quibus omnibus copiosissime disse-
ruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu-
lationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus ad-
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam
enim grauioresexercitationes confecerant, ne statim ad quietem ta-
quam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes pau-
cas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomi-
tiones, atque uniuersum hoc exercitationis genus *πρωθεραπειν*
ζών appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus,
potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijissent, a-
pothepia interdum urebatur, quod Galenus summo opere laudan-
dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-
betur, aliquos ad exercitandam sitim ambulatione usos esse, nam
in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti ca-
paci or ad cenam ueniret. guttur.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.



VI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, ni-
hil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pe-
dibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profun-
dius quacrentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pe-
dibus stantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moueri, propte-
reaq. statum huiusmodi ab exercitationum censu excludi mini-
me debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo prae-
sertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita ani-
mis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo
modo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum existere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibilibiter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues

In Soph.

B in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum sere immobiler occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto causam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atque naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrariis agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus;

C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuius persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob continuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi; cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque

lib de tre.
& tig.

rium

rium collocauit, uerâ prorsus locutus est, cum Aristoteles, 5. Physi-
 corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui
 contrariari demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem al-
 liud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex
 ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationi-
 bus satis comprobatur, erectos stantes aliquo pacto moueri, atque
 interdû non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nō ob id
 status ab exercitationû ordine remouendus sit, quod exercitatio de-
 finiatur esse motus, & ipse minime motus appellationē mereatur,
 quinimmo sicuti quâplures motus, qui sanitati, & bono habitui cō-
 ferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint; cōmu-
 niter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & sta-
 re erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde
 sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda qui cte indigere
 alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi in-
 nuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando deti-
 netur, musculos magnopere contendere, atque etiam motum quen-
 dam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in
 cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse putō, quod
 a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num
 uero antiqui gymnastae inter alias corporû exercitationes huius-
 cemodi statû receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim
 cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis
 imitatores erecti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi
 roboris gratia praebabant, uel statu non per se, sed ob alium ute-
 bantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi
 uerisimile redditur. Quod quacso certamen in stando solum esse
 cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret,
 aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret,
 ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos di-
 camus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob
 aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitu-
 dinem capere ualuerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq.
 sibi ferebat, quibus ad commodè, & citra molestiam spectandum,
 necnon aliquando protelis, dum pugnabant de loco, utebantur,
 isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Sci-
 pione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mil-
 le passuum subsellia posuisset, sedentiae ludos spectare licitum es-
 set. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse,
 ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo-
 dum

Adum Valerius Martialis de quodam scribit,

*Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus usque in unguis,
Aethon,*

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore causa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intentes speculantibus saepenumero contingere consuevit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseverarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiusmodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-

Bpuratur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probi scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautum insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapium salutat: cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demonstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaque esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto

Concessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adinuare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tamen si Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualitudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim muscoli omnes contenduntur, & corpora anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibusque in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-

tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non minus ad accommodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum nativum calorem, somnumque prohibendum valet, sicuti vulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum, a cena ambulandum sit, comprobare videtur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole staret, (*ἔκθ' ὑπὸ τοῦ ἡλίου* vocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demonstravimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam vehementius incallescere, quam illi qui moventur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos operamotus obtinere omnes quotidie expeririuntur. ne taceam medicos, a quibus febres ex huiusmodi sub sole statu generari creditur, ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, atunculum suum Plinium alioqui in vivendo solertissimum post cibum saepe, quem interdum leuem, & facilem veterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consuevisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuvij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamque nostram, qua post cibos veteres stare consueisse iudicavimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non extiterit, cum quisque apprime cognoscere valeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani; siue va-

De pugnarum generibus.

Cap. IV.



VAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperitur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, vel ut ad bellicas pugnas incundas, & fortitudinem & peritiam compararent, vel ut in ludis, amphitheatris, atque alijs publi-

cis

Acis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerentur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud solum praetermittere nolo, apud Oribasium duplicem pugnam in medicinae gymnastica exstitisse: alteram cum telis semper, alteram plerumque sine telis, quam *σκιαμαχίαν* Graeci, umbratilem pugnam uocarunt nostri. telorū pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde *μονομαχίας* nomen antiquitus utraq. sortita fuit, & a Coelio Aureliano *hoplomachia* hoc est armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam *πολυταρχίαν* laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo ad

s. chro. pa.
cap. ult.

Buersus umbram & brachijs & cruribus pugnat, praeter Platonē, qui & in Apologia, & alibi *σκιαμαχεῖν* de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita certantes consueſſe non solum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduersus columnam, & aduersus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam salientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potissimum ueteres facere consueuisse opinor, quando antimachus siue aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimum quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis quibusuis aduersum alterum contendere solent. Primum enim illud innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἐτι πάντων,

Sat. 6.

πάντων ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημία συγγυμνασῶν, ἀράγε ἐκ ἐτολήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτὲς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc est, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nūquid nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopiam, aduersus nosmetipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴουστέ ὄντας ἢ δὴ σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἰδωλα: id est, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnaſſe (quasi id ridiculum sit) affirmarim; quoniam etiam hisce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduersus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquēs dixit: ἔγω πυντεύω, ὡς ἐκ ἀέρα δέρω, id est, Ita pugnis certo, quasi

7. deleg.

Prob. 10.

aerem

a. Prob.

lib. 15. ca.
18. & li. 37
cap. 5.3 de comp.
me. p. gen.

lib. 7. c. 3.

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hac itaque fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica uetustissimis usque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimum testem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. scriptum reliquit, antiquitus monomachiam scilicet, aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuium, circa quam quinto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpretatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioni sacra celebrabantur, usque ad mortem deuictorum cadentiumque iugulationem procedere consueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morem retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorum nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorum spectacula non modo in festis, atque amphitheatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrenis consuetudinem mutuatos adhibuisse; quamuis Romani non monomachos, sed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosque pugnantes Smaragdo Neronem spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis absurdis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponam. Nam illud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam grauius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messallinae aetate medicinam Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur, sed etiam non raro usque ad alterius, uel etiam amborum pugnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum, praeter Athenaeum, atque Plutarchum, Galenus quoque testatur, qui se gladiatores grauius uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnandum pugnae hanc propositam sortem fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occumbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius, 2. Tusculanarum quaestionum memoriae mandauit, athletas etiam uulne-

A uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere. nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua nomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eisdem & faba, & prifana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritiam est, ususest, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultro neum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater incauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, pro dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamque diris esse se non putant oculis parricidas. Haecenus uir ille Christianus, cuius orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

lib. 17. c. 7.

Primo de
alim. fac.lib. 28. c. 1.
& li. 36. c.
ulti.
li. 2. epist.

lib. 3. c. 7.

uenales

3. defrac.
lib. hist. 1.

Spartianus
I Pupieno,
& Albino.

In Anach.

5. Eliacor.

cap.

ὡς δὲ
ἰάμεως.

uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cum Athenaeus scribat illustres uiros, atque Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortunae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atque caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo illi uolucres usque ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne a uibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoque fecit Aeschines contra Timarchum, & Columella libri octauo cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pugnae speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse. quos sciam machiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnae excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nominibus uerba: ὁπερ ὁ σοφὸς ἐν ἐννοήσας μιμῆται τὰς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρογνίας, οἱ πολλάκις ἀδυνεῖς εἶναι τὰς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, καὶ τὸ δοκῆν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτὰς ἀνδρείως σκιαμαχεῖν. τὰς, οἷον τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: idest, Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna certan-

Acertantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari omnes docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum excercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse: quod enim huiusmodi concertationes maximam ad belli peritiam utilem praestarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyrenecos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgius dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Possidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatum scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali designebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminere: contra illum palum ueluti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insili-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenaeus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, D
omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gym-
nastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille,
6. collect. qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem
ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudi-
narijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum pa-
rationes milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae
pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis lo-
cis, rudibusq. telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia
inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastiae mune-
ra etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habi-
tui conducentem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum,
2. de tu. ua. quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare
c. 11. & 12. monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura scio- E
machiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam
multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. quam
enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam
fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus te-
statum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante
demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam ho-
plomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauer
& praesertim in oculis ferientem, hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante

Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuius esse potest, pu-
gnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasti-
cae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant, enarrandae, F
antiquorum exercitationes, transcamus.

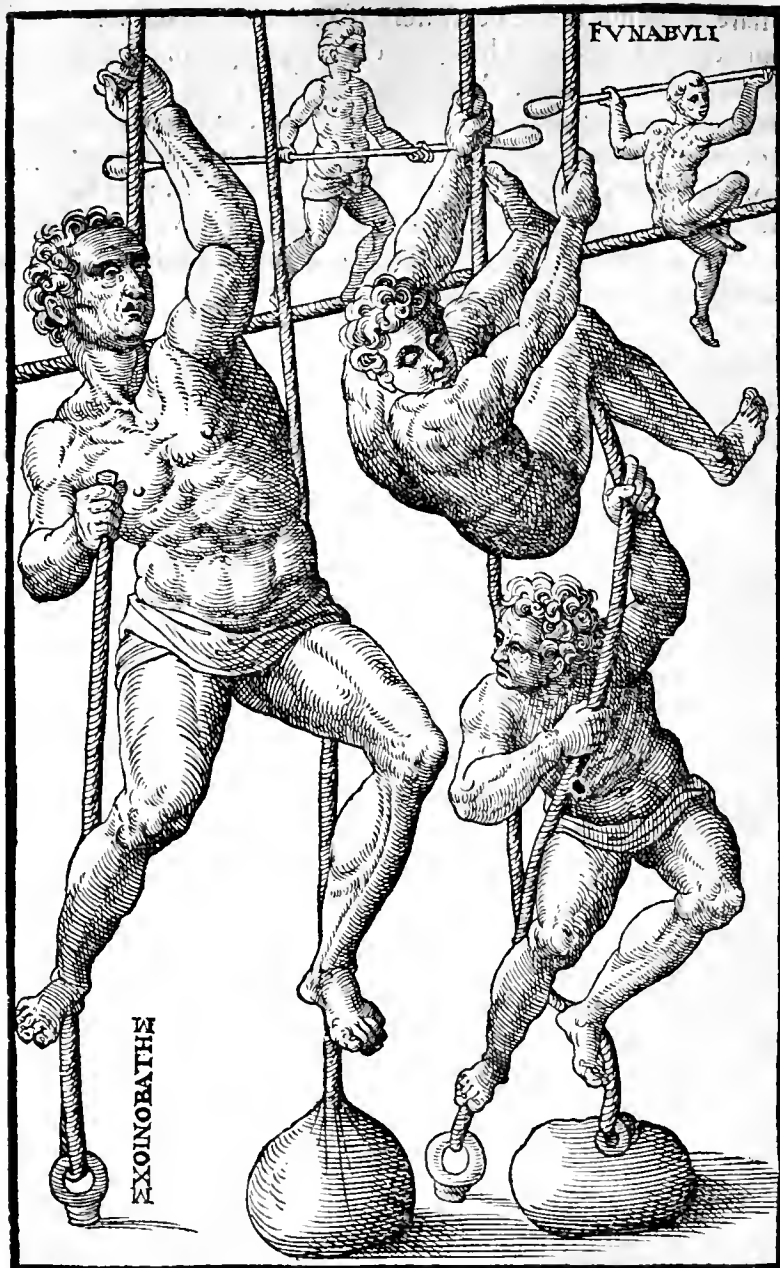
De nonnullis alijs exercitationum speciebus.

Cap. V.



PRÆTER exercitationes, quas iam perspicue quan-
tum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, mul-
tae aliae exsistere, quae licet ubique locorum, pro-
ut temporum & hominum uariae occasiones postula-
bant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueui-
se, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοίνικ ἀναρρί-
χῶσαι τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest,
per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pyti-
lissare.

Aliffare. Quomodo sese per funes adscendendo exercerent, sine labore cognosci potest ex hac, quae in sculptis gemmis ueterum spectatur, descriptione. Vnde iure similem exercitationem inter uehementes Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuisse, non modo ex praedicto iconae recognoscitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur: Ita populus studio stupidus in funambulo animum occupat.



A ἀποχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant; si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀποχειρί-
σθαι quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitte-

6. E liac.

Bret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀποχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agilia simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paulus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque uerbis plane iisdem scripsit, ecplethrizare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursi-

2. de tu. ua.
cap. ..
lib. 2.
lib. 1. fen. 3.
doc. 2. c. 2.

Ctans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πτυλί-
ζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus ptylizzare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensus in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sub-

In Misc.

In uita Ly-
curgi.

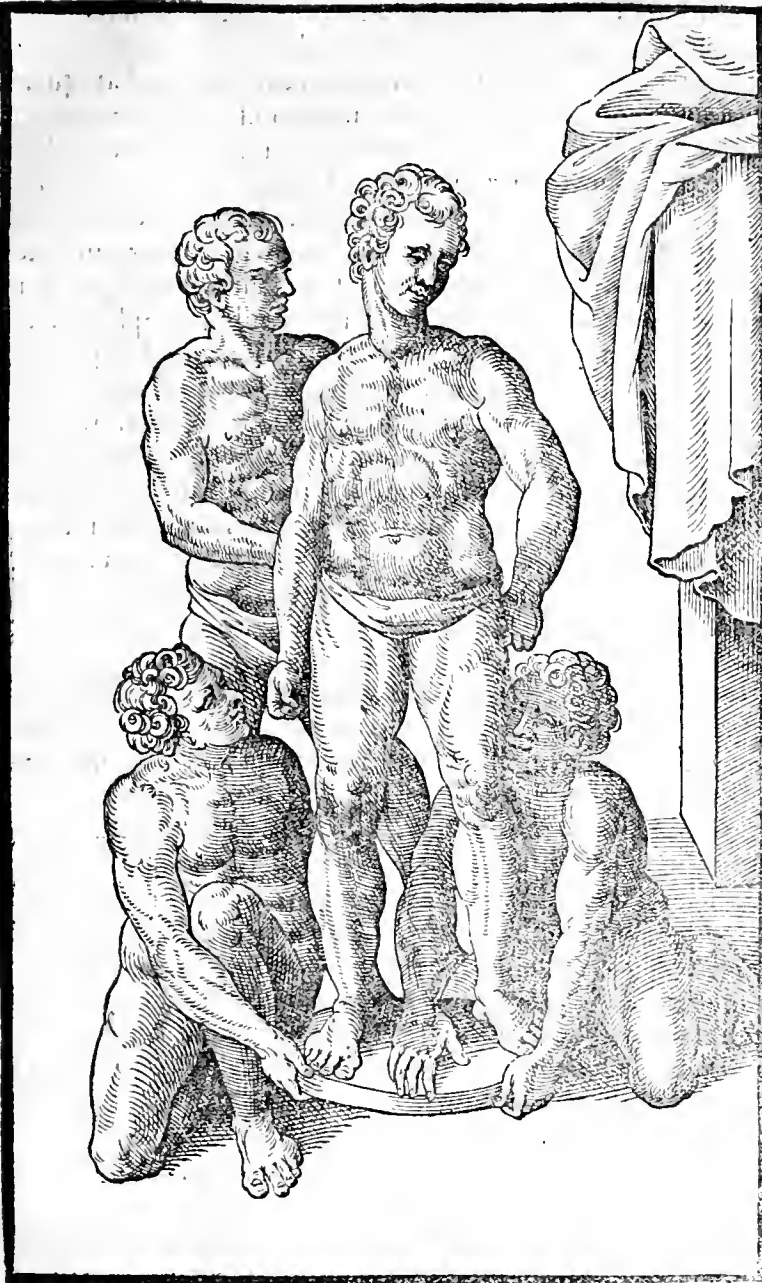
fatigari'. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scali-**D**
ger legebat.

Sat. II.

Qui Lacedaemonium ptylismate lubricat orbem.

2. ſtu. na

Sed nos aliter superius legendum demonstraui-
mus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti si cui-
piam alter inſiſſet, ut se uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non
manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, & non
flexus reſiſtebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt,
dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem
erectus manebat, ut ex praesente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuius praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectebatur absolueret sese iubeat, aut ipse se a complectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus illa manibus complexus, seu onus aliquod sublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuque corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentibus deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per se separatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: καὶ συμπαρόν γὰρ ποροῖόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπρωκότες, καὶ αὐτὴ μὴ πη ἀμνησμένοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἔλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. id est, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludent, quando ab utrisque capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distractorum haec uerba habet: ἡ δὲ Διελκυσὶν δα παίζεται μὴν ὡς ὅτι τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὲν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παιδῶν εἰσὶν ἔλκουσαι τὰς ἐτέρας οἱ ἐτέρω, ἕς τ' αὐτὰ καὶ ἕνα μετασθένονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατύνοντες. hoc est. Dielcystinda autem, plerumque in palaestris luditur, uerum tamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, sique ad illam partem transmigrauerint, penes illam uictoria est.

De Spiritus cohibitione.

Cap. VI.



SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotheraeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos non inf-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis muscoli, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, cogunturque, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusq. generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruienda instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxiliij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua uniuersi thoracis muscoli tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. muscoli tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiusmodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natium auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undiq. compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusq. fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excrementi secum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum extinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de causis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter,

dein-

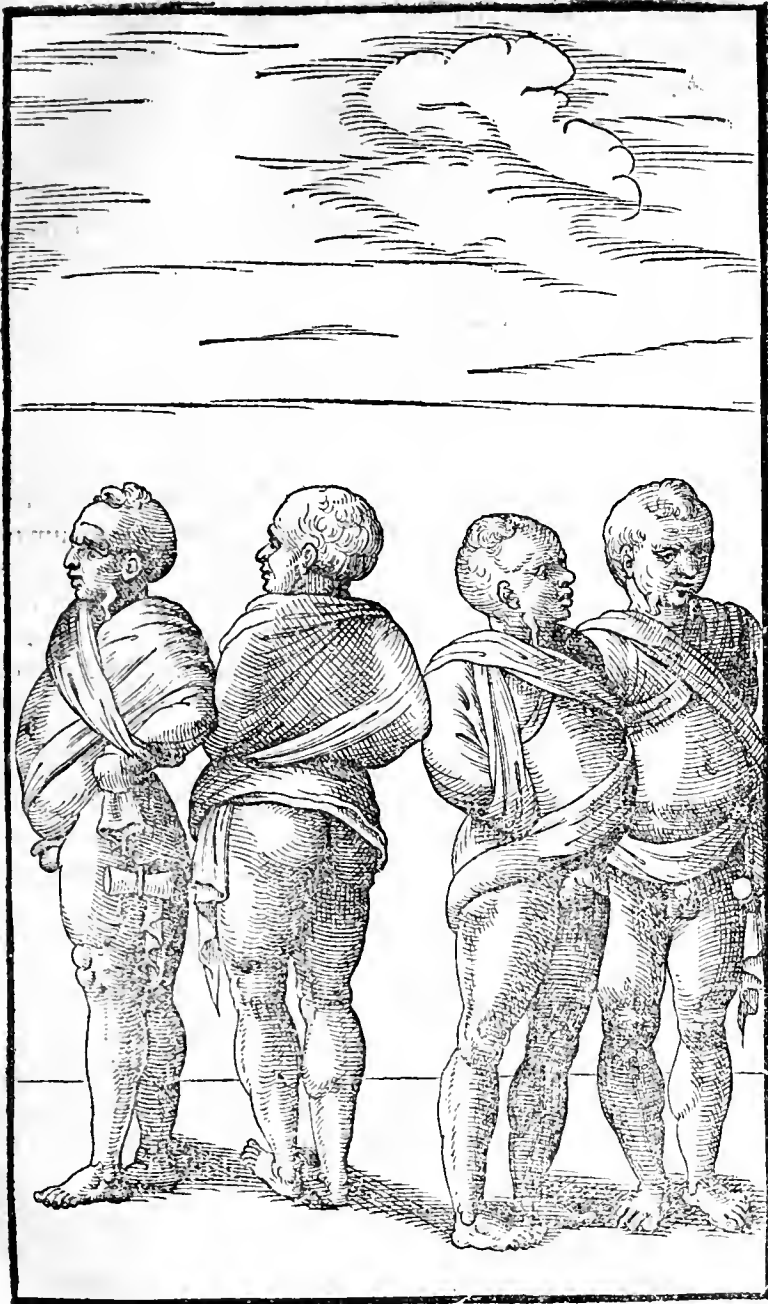
Prob. sect.

33.
3 de Symp.
cau.

g. d. tu. ua.
cap. 1.

2. partic.
prob. 1.

deinceps uehementius & diutius spirationem inflatis buccis conti-
neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum
praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐν προσώῳ ἡς agenda;
antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc
exercitationis genere forsitan non uterentur, nimirum quod nulli-
bi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis
deseruïret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes
spiritus quoq. retentione duabus de causis usos credo, tum ut a las-
situdine recrearentur, perspirabilemque simul & purum ad subse-
quentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus signi-
ficasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur
in impulsione, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spi-
ritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quo-
dā modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant one-
ra gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maxi-
mos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cerni-
mus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere
faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti di-
cebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores
exire, diffilariue non patitur: unde postea retentis illis neque laborā-
tes sudoribus diffuunt, delassanturue, neque uis, quam in humo-
ribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes faten-
tur, ulla ex parte flaccescere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in
libro de praeceptis sanitatis, consueuisse alyptas, dum athletas frica-
bant, ipsi si iubere, ut spiritum interciperent, sicq. fricationibus con-
tra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas di-
stenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τῆρ᾽ ὅντας, τείνον-
τας, legendum esse, omnis ratio persuadet: etsi bonus Erasmus dili-
gens nimis interpret hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarū effi-
citur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retentione
adiumenti capere consueuisse, quemadmodū medicinae gymnasti-
cos eandē quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum
est. Immo uero etiam athletas ostēdationis, & spectatorum uolupta-
tis gratia in spiritus retentione se quandoque exercuisse, inde con-
ijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiā
costis & pectore robustis uittis ligato tam diu spiritum retinuisse le-
gimus, quousq. prae impetu intumescerent uenae ligamina illa dis-
cinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligo-
ri inter aeneca illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum
pa. .oni signa se inuenisse, atq. ab eis hasce



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere D licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, rum uentres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint rasō capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite rasō, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Uociferatione, & risu. Cap. VII.

E



INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usushabet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppediari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & ideo non ab re futurum esse duxi, si, postquā de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, qualique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antylus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam ex F
ercitationem esse uoluit, uerum etiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimata fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus

lib. 1. ser. 3.
cap. 5.
lib. 1. fen. 3.
doc. 2 c. 2.

3. de bello
ciuili

Abus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferte. Duo solum hominum genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiū recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauius, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur.

II. & 19.
partic.

Buonis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum composit. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phnascos omnes, citharædos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaessent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuius intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis dramatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisque magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

lib. 5. chro.
cap. ult.

In Ione

19. partic. —
prob.
lib. 7. c. 25.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uexit,

Vt sit Comoedijs omnibus una satis.

Scalibi:

Dum

*Dum ludis media populo spectante palæstra,
Heu cecidit misero fibula, uerpus erat.
& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.
Solvitur his magno Comoedi fibula.*

Sat. 6

&

*Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem uendentis praetoribus*

Lib. 1. Atti.

Satis itaque constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum temporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artem phonasciam a Theophrasto fuisse appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundum Pausaniā imagine theatri constructum habuisse, in quem deferebantur poemata, priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ὠδήσις a Graecis, a Latinis iplis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistas, atque psallocitharistas certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiis exedris, in quibus philosophos, & rectores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus. Porro finis, cuius gratia huiusmodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τῶν ἀρτισπόρων siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduertim, Corneliū Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem commendasse, similiter & Coelium Aurelium antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphonelin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idē adhibito praeceptore administrandum consuluisse, ad credendū adducor,

In prot.
In lib. de
tuo. san.
In ix. par
tic. prob.

Lib. 1. c. 3.
lib. 1. c. 70.
ca. 1. & lib.
1 cap. 6.

Adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tamen postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum suscepit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualitudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illū, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum

B & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum alius deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quae uel clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius

C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestantius iudicabatur memoria recitare, quā legere, & ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quā nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabatur, uocē quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eā redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paulatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initium erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriū, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorū, de quibus Plutarchus in libro, quē de conseruanda ualitudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quā sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

pertinet

In lib. de
u. ual.

4. Meth.
lib. 29. c. 1.

In lib. de
tu. ual.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, **D**
 Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica excla-
 mantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam dixi-
 mus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo-
 dulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione il-
 lud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuersam
 & paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera ani-
 mum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musi-
 cam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, om-
 nino a gymnastica separari, quia sic animorum solatio atque iucun-
 ditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto compo-
 nere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus pu-
 blicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa
 uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, **E**
 qui non sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnasti-
 ca locum obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest,
 quod musica tota ordinatis uocis motibus plena existit, qui secun-
 dum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, &
 seruant. ut hac de causa nemo infitiri debeat, quin musica, perinde
 ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam
 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum
 fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abs-
 cissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compo-
 situm, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum or-
 dine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici prae-
 cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym-
 nasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul- **F**
 tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt,
 lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multa-
 rum exercitationum instar exinanire possunt. Et ideo Aristote-
 les iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus pro-
 hibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
 „ παιδῶν, καὶ κλαυθμῶς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
 „ τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὐξήσιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
 „ γυμνασία τοῖς σώματι, ἢ γὰρ τοῦ πνεύματος καθίξις, ποιεῖ τὴν
 „ ἰσχυρὰ τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδείᾳ διατενομένοις. id
 est: Puerorum uero distensiones atque ploratus, qui in legibus pro-
 hibent, haud recte faciunt, cōferunt enim ad incrementū, cum sint
 quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanq. cohibitio
 laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-
 stensis.

19. partic.
 Prob. 38.

lib. chiron.
 cap. 5. & li.
 2. c. 6. & 13

7. Polit.
 cap. ult.

Astenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero
athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mādauit, quaſi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, ut eſt apud Meletium, morio quae in facie exiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis uiſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus
Bconcuti? innumerisq. fere affectionibus eorum ſtatim affici, quae ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

1. Tuſc. qua.

2. de part. animaliu. & 35. parti. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



Iea omnia, quae antiquis temporibus uſitata, ac, ut ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manuſtradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interiſſent, multos proſecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac anti-
quatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra ullam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateq. obſoluerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia comuni quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, ut indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reſicere, tandemq. neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

Gymnastica

L a qui-

a quibus institutum meum dirigi queat, ne silcam plurima exercita-
tionum genera, quae quod temporibus nostris defueverint, uete-
rumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qua-
lesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirman-
dum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam
κρικιλασίας, quae circuli impulsus latine sonat, modum atque fi-
guram tamen Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen
res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino
cuius erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones di-
gnoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis,
uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius
Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium ad-
ducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6 ad Iulianum leguntur.

cap. 16.

Ελλάσωνα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τῆ μήκης, τῷ ἀνθρώ-
πῳ, ὥστε τοῦ ὕψους αὐτοῦ μέχρι τῶν μαζῶν ἐξικνῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ
μὴ καὶ μήκος, ἀλλὰ καὶ πεπλανημένον, ἕως δὲ ὁ ἐλατήρ σιδηρῆς ξύ-
λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τῆς μέντοι λεπτοῦς κρίκος τῆς περικειμένης τῷ
τροχῷ ὥσπερ θησαν τινες εἶναι περὶ τῆς, τὸ δὲ ὀκχ' ἔτι ὥς ἔχει ἀλλ' ὁ φό-
ρος ὁ γίνόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυται ἐργάζεται, καὶ ἡ δὲ οὐκὴν τῇ ψυχῇ,
id est, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine mino-
rem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas peringat, neque se-
cundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem
impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anu-
los rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc mini-
me ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationē, atque
uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exer-
citatione homines circulum quendam magnum, cuius circumfe-
rentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam haben-
te in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate
in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formā
& condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim tro-
chus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum.

Sen Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & il-
le aequae sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis for-
tasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habe-
re facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam li-
gneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur;
ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatur est tum Lucilius,
cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exilucere Petauro, tum etiam

Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

*An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem*
& Martialis libro. 11.

Quam rota transmissa toties impacta petauro,
unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae affi-
milari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactatio-
nem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur asse-
re funibus quattuor ad laquearia suspensa, & ibi sedentibus pue-
ris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscella-
rum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsitan est,
cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xij. ubi ad
coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumen-
Brum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius
Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod *ἰς ἀέρας*
ἀέρας, uel *πρὸς αὔρας πέτονται*, siue, quod ad aerem, uel ad auras
uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymniciis usurpa-
tum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs
unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Au-
gusti, atq. Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum
oscellarum ludus repraesentatur.

OSCELLAE VEL PETAVRŪ



A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quod ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lufos quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei dissimile fuisse. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit.

s. chron.
cap. ult.

Inducenda rota est, das nobis utile munus,

lib. 14.

Iste trochus pueris, at mihi cantus erit.

&

Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur.

ibidem.

Cedat at argutis obuia turba trochis.

&

lib. 11.

B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,*

Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum ansa Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & uersi clauis adunca trochi.

lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, minime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ' ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες

Ἐστρεφον ἐυρέην παῖδες ἐν τριόδῳ. - idest:

At pueri scytalis ludentes turbine acuto

Vertebant lato quisq. suum in trivio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus

7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,

Quem pueri magno in gyro uacua atria circum

Intenti ludo exercent, ille actus habena

Curuatis fertur spatys, stupet inscia turba,

Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Gymnastica.

L. iij

Dant

Dant animos plagae,

minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contactas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incurfu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprimere praesentat haec figura,



a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, discine, trochine quiescit,

Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenscat:
pro-

Aproculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praefertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-

Bcitatione non caruisse forsitan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur. quas condiciones apprimè nostro pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent. loc. citatis.

De Equitatione,

Cap. IX.



ACTENVS eas exercitationes profecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mo-

Cuebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis *ἵππασία* uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem existisse, auctor est Plinius. post Bellorophontem Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ucherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus lib. 7. c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

1. Rhetor.

7. Metho.

lib. II.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
 coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant in-
 fecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates
 redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
 sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirma-
 uit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos
 eo uitio corripì, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippo-
 cratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Pla-
 tone traditur, in maxima exultatione habita fuit, & ideo om-
 nes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes rece-
 perunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis
 certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesi-
 ma quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tra-
 dunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E
 Albati scilicet, Ruffati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum
 in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad e-
 quitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. stu-
 dium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Gale-
 nus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora
 equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. tem-
 peraturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent;
 si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa
 tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs
 parcere quemquam permetterent: eo magis quod tota urbs quasi
 quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ul-
 la pars ciuitatis reperiiebatur, aut ullus hominum conuentus, in
 quibus certaminum tempore de huiusmodi factionibus aut stu- F
 diosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur,
 quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martia-
 lis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

*Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
 Peruenit, & uictor praemia plura refert,
 In nunc lior edax, dic tu cessasse Neroni,
 Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
 De Prasino conuiuia meus, Venetoq. loquetur.
 Nec facient quemquam pocula nostra reum.*

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasi-
 nae factioni fauisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit,
 testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percontit, euentum uiridis quo colligo panni.
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.*

Has uero in fauendis diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quarumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

*Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis,
Et placet hic pueris, militibusq. color.*

lib. 14.

B & ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem colorem profitebatur. Et si huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

1. de arre
amandi.

*Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.*

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uirose quis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes euidenter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loquitur: *μὴ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἵππασί μιν ἵππασίαν, ὡς αὖ ἐγὼ δίδωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἵππασίαις, ἕτε πωλαγίαι, ἕτε κατάντες, ἕτε τὰ φρεν, ἕτε ὀχετὴ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχλεῦσαι τὸν ἵππον.* idest Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuendi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: *νῆ τὴν ἥρην ὃ ἰσχύμαχε ἀρεσκός*

8. de leg.

In Oecon.

τως

τως γὰρ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ- **D**
 νως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγίειαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην ὥρσασκευάσ-
 μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τῷ πλάττειν ὅπμι-
 λείαις, ταῦτα πάντα ἀγὰρ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem
 o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempo-
 re collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec
 non ad bella te exeres, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae
 omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Is-
 chomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elici-
 tur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus
 usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem
 recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus ha-
 bitum ingenerandum adhiberent; praeter Socratis modo citatam
 orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter **E**
 reliquas gymnasticae exercitationes minime infinium locum eam
 obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: ni
 si quoq. Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio acce-
 deret, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exer-
 citationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris ne-
 potem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medi-
 cis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc ex
 emplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissi-
 mam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis &
 apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, &
 illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurren-
 tibus: quorū omniū diuersas operationes suo loco explanabimus.

2. d. tu. ua.
cap. 11.

Loc. citat.

De Curruli uectatione.

Cap. X.



DIXIMVS duo esse exercitationum genera, alterum in
 quo homines a se ipsis solum mouen tur alterum ab al-
 lijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suap-
 te natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes
 mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gesta-
 tio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo,
 Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis ἀιώρα
 uocatur, in sequentibus uerba facere polliciti sumus. atque iam de
 equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem ex-
 plicamus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus
 uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiatur. si quidem,

2. d. tu. ua.
cap. 11.

ut

Aut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitus imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiusmodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota clesseda atq. uehicula auro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem admodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsq. ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres iracundiae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutarchus. In quibus deinceps ne federent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quae so nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos ex cultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

li. 16 c. 42.
& 53.

lib. 7 c. 56.

lib. de aere
aquis & locis.

li. 34. c. 17.

Lampridius
in uita Heliogab.

lib. 27. c. 7.

In paed.
Cyri.

Oribasius
li. 6. c. 25.

2. d. tu. ua.
cap. II.

In probl.
Rom.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D
sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur ma
iores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione
in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo
tamen, quod, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tem
pora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bel
lis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione ex
ercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in cru
ribus se exercere consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam
inexercitati, & diuerforum agendi currus modorum expertes su
perarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem
tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curan
dis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus,
Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasti- E
cae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitan
tibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur)
tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi
duo genera effecisse uidetur Galenus, alterum in quo homines uecti
sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe,
frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scri
ptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo
prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio
non relinqueretur. Nunquid autem sani simul, & ualitudinarij in
ijsdem uehiculis exercebantur, indicasse mihi uidetur Herodotus,
apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur,
nec non bigis gestari solitos, atque illos a princiio per triginta sta
dia moueri, deinde ea conduplicare; hosa stadijs triginta, aut F
quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto
maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis,
& apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi for
tasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus,
quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera
ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac lin
guam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo
undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorum
infirmiorem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro se
ptimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarissime, &
infirmi oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehicu
lo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omni
bus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus cete
ris

Aris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Pectoritum, Arcinam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thenfam, Cifum, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset, & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi.

2. d. tu. ua.
cap. II.

De gestatione in Lectica & sella.

Cap. XI.



LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studeant, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsitan sine ratione, quandoquidem nulla apparet probabilior causa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeunt, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperatores, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis conceditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuius liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem existisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis
sex

Lib. 6.

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nūcupabatur, uti ex his uer-
sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam paupe-
rem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

*Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopacus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatium foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uelut similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro.*

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue fere-
tro mortuorum similem haberet.

Lib. 2.

*Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,
Cum tamen haec tua sit Zoile sandapila.*

Lib. 6.
libro. 1. ad
uxorē suā.

Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper
a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis,
Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis
lecticariorū numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum,
quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quen-
dam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam
diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

*Octaphoro sanius portatur Auite Philippus,
Hunc tui sanum credis Auite, furis.*

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede
commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudcbatur in-
feruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Sat. 3.

Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum
gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestan-
dis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in
locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris
fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per ur-
bem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui
Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem ue-
hendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sel-
lam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres;
alteram, in qua sedebant, quae uel cooperciebatur, uel aperta sine-
batur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuissent, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualeitudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studiij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsum, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus ismodus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die obseruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsitan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso

Per medium pagnas, sed prior ire, lutum,

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio confirmatur, Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque domestice, ac secreta habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias ossicas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

lib. i. chro.
cap. i.

lib. 3. c. 6.

6 d. tu. ua.
cap. 4.

lib. epist. 3.

Orib. loco
citato.

lib. 10.

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio Cap. XII.



QUOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης uocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsitan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, ubi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciendus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus, & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & ideo omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum usum habere censeant. Quibus similis quoque est exercitatio illa puerorum, dum in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum ualitudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balnearum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusienſe frequenter usurpata apud Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti in uentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepere-
 runt, ita quoque utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

Oriba. lib.
6. collec.
lib. 3. c. 6.

”
”

7. de repu.

lib. 26. c. 3

A operaepretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitados tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam lib. 26. c. 3. paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilum laquearia alligabantur, ita ut a terra sublatis aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laqueariis appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lucillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam decisset. His igitur motibus quoscūq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiabatur, nempe quae praeter suauiissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaq. titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uide. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam esse, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiusmodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπώδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustū ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo gymnastica M stabantur,

stabantur, secundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, scimpodio undiq. obteſto ferebatur. Ceterum qualis huius instrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctū, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltem ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Crispinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1.

*Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?*

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius erudiſſimus, quamq. Parma ad Andreā Naugerium olim allatā retulit.

D. M

L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENſILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECA-
VIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO

E T . S I B I

10. Meth.

neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecſticis præſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀρρωσθέντα ἐξ ὄλου καὶ κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τῇ σκίμπτῳ εἰς τὸ βαλανεῖον. id eſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libani

lib. 19. c. 10.

rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum dormiſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnſticis ad exercenda uoletudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recuſſabiis fera Italica nominata, quibus duobus geſtabatur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

lib. 3. c. 6 &
lib. 5. c. ul.

De

A *De Navigatione, & Piscatione. Cap. XIII.*

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, navigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Actius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua navigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna navigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac navigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum **u**sas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur navigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores existunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tū uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exficcare natum est. quare dicebat Auicenna navigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phthisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallio nis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huiusmodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo semisisse, & confirmatum a ualetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. i. de re med. senserit phthisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus i. x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpato uixisse, postea uero morbum recruidisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in navigatione ualeudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro navigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

4. Aph. 14.

1. partic.
Prob. 54.

3. 1. doc. 2.

cap. 2.
lib. 31 c. 6.

lib. 5. epist.

Cap. 6.

In lib. de
causis na.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in parvis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum eient, quae res a fluminibus minime contingit, contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes in frigidant, maritimae uero latenter, atque sensim corpus aperiunt, & falsae proprietatis causa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uicino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabilis est quoque apud me, huic summo opere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginensibus mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites F in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse possit, Romanos exercendis copiis suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atque huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius ue stigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrat, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine descripsit.

lib. 26. c. 3

lib. 1.

*Si quis ades longus serus spectator ab Oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,*

Et

*Et par unda fretis, hic modo terra fuit,
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.*

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatus necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorū imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iure merito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit, quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicare, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus dueros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vltus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nō cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

5. Aca.

In sophist.
& 7. d leg.

1. d tu. san.
cap. 8.

6 d comp.
med. fm l.
38. partic.
prob. 2.

Gymnastica

M iij &

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in D
queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum di-
cit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat,
ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci
qualitate uel ucctabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uc-
nabatur. Haec Iampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui
quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro pisca-
toribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus
sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos
fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione.

Cap. XIV.



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper na- **E**
tationis existimatio, tantumque per plura saecula illius
usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam pri-
ma litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum
nulla maior ignorantiae nota iniri posset, quam dum aliquis nec
litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud
in prouerbum contra bardos, & prorsus inertes continuo recepe-
rint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natan-
di peritia si non eosdem honores obtinet, quibus antea actis saeculis
afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio
enim, qua impulsu maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt,
haec una iudicio meo existit, quod primis illis temporibus apud
respub. quascumq. uiri sortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, ho-
norabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propaga- **F**
tio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam
aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis
incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc
frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus
homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, mi-
nusue formidarent, (quando saepe numero milites mare ingredi
coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exer-
citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores
inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua
etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, &
continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar-
tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exer-
citationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac si-
mul

Sect. 27.
Prob. 5. &
2. Rhe. c. 4

De Cyri mi-
noris expe-
di.

lib 1. de re
mili. c. 10.

A mul natate perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualitudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatū reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, & si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiusmodi motione insigniter uni

7. collec.

B uersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis *γυμνάσιον παρὰ τὰς* facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecallescisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruauimus, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tamen si piscinas apud Varronem, & alios Latinae

23. partic.
Prob. 3.
4. De locis
affect.
Oribasius
lib. 6. c. 27.

C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae ui suntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificateae erant, quasq. thasio lapide aliquando circūdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocaustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium anspici, si natate latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum

Epist. 7. &
13. lib.

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij **D**
 baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullia-
 nus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum
 in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edo-
 cēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις.
 idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πύλοις.
 quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedifi-
 catam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta
 „ uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5.
 „ Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,

Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā
 fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub **E**
 porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae
 „ clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
 „ cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
 „ exercitationis alioqui causa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
 „ Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiusmodi piscinis
 „ scriptum est a Dione Maecenatem omnium primū in urbe aqua-
 rum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis simi-
 liter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū
 ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauco-
 nem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commen-
 dat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet;
 tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in
 arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non **F**
 feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum
 in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tū
 in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē
 feruentem solum in labris factitatum. q. si Plinius in locis paulo an-
 „ te citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohae-
 „ ret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefa-
 cta ui solis, & maritimo situ potius quam de seruefacta ab igne, ut
 „ intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue
 priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis,
 modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari ageba-
 tur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
 quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti
 mare aquae suae corpulentia crassitieq. maiora, quam dulces aquae
 fusti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitate suā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβήθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὑπάγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τῆς σιλωάμ, καὶ νίψαι Cap. 9. ubi natatoriam Siloe antiquus interpret transtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruādis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit.

B

*De Venatione.**Cap. XV.*

PRAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis causa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & sanis conseruandis uenationē tantopere aestimarunt, cuius nimirū studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiusmodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est, si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus,

In lib. de
ludo paru-
pilae.

I. Polit.

In libro de
ven.

cumu-

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, quoniam non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
animalibus sine dolo capiendis laboriose uersatur, de quo magis
nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
lustrium auctorum testimoniis hanc sententiā audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeque gymnastica uenandi exercita-
tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demonstrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletissime testatū fecit Plato, qui
postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
species, aquatiliū scilicet, uolatiliū, & terrestriū animalium di-
stinxisset, improbatis aliis duabus pro iuuenū educatione, de terre-
striū uenatione in fine 7. de legib. ita cōcludit. *πεζῶν δὲ ἡ μὲν οὐκ ἐνδόν τῃ* E
αἰσῇ, καὶ ἄγρια λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῇ ἐνδόν τῇ E
αἰσῇ, καὶ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν οὐκ ἀξία ἐπαίνει, εἰδ'
ἡ τῇ δευτέρᾳ μάτῃ πόνων ἔχουσα ἀρκυσίτε, καὶ πάγαις, ἀλλ' ἐφ' ἡμετέρας
νεψυχῆς νίκη χειρὸς μένων τὴν ἄγριον τῇ θηρίων ῥόμῳ, μόνῃ δὲ ἡ πᾶσι-
λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῇ τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσὶ, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
θήρα σώμασιν, ὧν ἅπαν τὰ κερταῖσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
αὐτὸς χεῖρες θηρέοντες ὅσοις ἀνδρείας τῇ θείας ἐπιμελές. idest, Solū
itaque terrestrium uenatio, capturae, athletis nostris reliqua est,
atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
cturna uocata persequitur, segnis conuenit, nullamque meretur
laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,
& laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co-
natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenantur, quos F
omnes superant illi, qui fortitudinis diuinæ possessionem curantes
propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nūcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidē
tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
de Cyro in eius paedria ita scriptum reliquit: τῇ πολεμικῇ δὲ ἐνε-
κα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, ὥστε ἀσκεῖν τὰ ταῦτα ὧς ἐτο γρη-
ναί, ταύτην ἡγεμένους καὶ ὅλως ἀείψην ἀσκήσιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ
ἵππικῇ δὲ ἀληθεσάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gra-
tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi-
stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-
mam,

Anam, & equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capefendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum q̃ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum q̃ eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio superfit, quin inter ceteras militari gymnasticae inferuientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse debeat. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirum in modum celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeferebant, nempe cum bestiarum, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori sanitati inferuientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit. quod maiori apparatu indigeat, propterea

C nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorum Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partem incolumes euaserint. ne silentio praeterea Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis apposis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuius iam esse potest, quantum in exercendis pro ual-

lib. 1. poli.
cap. 5.

2 de tuen.
san.
In libro de
ludo par-
uae pilae.

lib. 5. epist.

in. 30. con-
tract. 13. c.
3.

lectu-

Hb. 1. c. 2. 3.

q. d. his aia
som. c. 36.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius **D**
cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-
sco. & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus,
sagittis, uel puris, uel tinctis: quas ideo Gallos uenatores hellebo-
ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere ca-
ro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terre-
stres belluas peragebatur: illas uenationes aptiores existimatas arbi-
tror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam
equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum
corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem
animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem,
quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus
exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, **E**
quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte,
quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum
per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uena-
tionis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur, quandoquidem illi ip-
si lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant;
unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper in-
sectabantur. quorum metu aues percussae terram repetebant, ibi-
que percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes
accipitribus distribuebantur, nostrum uero accipitribus, atque astu-
ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini
Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut
etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam in-
structis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur.
Sed de his iatis. **F**

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. 1.



VU gymnasticae originem, eiusq. species, & speciesum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clare, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulastradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiam uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisse profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes usq. adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsq. ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum esse cenfeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmantur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipsis exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, consutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem conse-

consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercita-
tionibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse
debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui
uel confirmandae, uel conseruandae ualitudini student: quarto,
quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; si
cuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem per
ferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cui-
que aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi
mensura exercitationis praescriberetur, ideo quinto subiungam,
quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercita-
tio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum quali-
tates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in
1. de dieta. hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Po-
lybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu neces-
sariū positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc
in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uo-
lumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio
momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes
detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innume-
rae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae
2. d. tuua. cap. 7. & lib. de cibis
bo. & mat. suc. in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione com-
missos emendare, prorsusq. deleere natae sunt, ueluti M. Tullio con-
tigisse fertur, quem mala stomachi ualitudine affectum opportu-
nis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roboraf-
se scribit Plurarchus, ut ad multa magnaue certamina se ualidum
reddiderit. Contra, si eadem temere nullaq. opportunitatis ratio-
In eius ui- ra. ne fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tribu-
tas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerum etiam plu-
rima, ac faeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit,
ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sa-
nam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, iidem ob
exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, as-
siduisue medicamentis opus habeant.

A Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis dam-
 minabant, & de exercendi necessitate, ac commo-
 ditate. Cap. 11.



S igitur tales, tantaeque exercitationis utilitates existunt,
 magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercen-
 dis prauas omnino, atque humano generi noxias senten-
 tias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres se-

ctas antiquitus paritos, esse scribit Galenus, quorum alii quascūq. ex-
 ercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus su-
 stulerunt; Alij neminem exerceri uctandum uoluerunt; Alij me-
 dia quadam uia incedentes assuetos solum exercendos iudicarunt,
 inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re-

s. d. tu. uo.
 cap. 11.

B censere, & refutare operae pretium duco, ne si uel taceamus, gratis
 eos reprehendere uideamur, uel si irrefutata dimittantur, aliquibus
 arrideant, & tāquam sanitati cōducentia interdum accipiantur. Er-
 rastratus itaque, Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor,
 necnon Asclepiades Prulienis magnae auctoritatis medicus inter
 alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorū
 fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum cre-
 diderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualeitudi-
 nem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum plu-
 ribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humo-
 rum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gi-
 gnuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sum-
 ptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-

C cat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impe-
 ditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario hu-
 morum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat,
 quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti
 naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iu-
 cunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari
 debet, e medio tollit, atque sic sanitati potius obest, quam pro-
 fit. Tertia ratio erat, per eandem sanitatem praesentem conseruari, per
 quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem,
 & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non
 per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione
 nimis calorem augeri, & consequenter natium humidum exhau-
 riri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo du-
 bitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natium hu-
 mido

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus de-
 rentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus ua-
 care possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitati-
 onibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitati-
 ones corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris
 persuadere comati sunt. sed eos uel emeter aberrasse, omnes plane
 confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utili-
 tatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus no-
 stris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam
 facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes
 regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis
 opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam
 membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,
 quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo
 temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suf-
 focarent; quod praecidens sagax natura meatus, ac uias multas il-
 lis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cu-
 non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita
 alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus expirationibus
 a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiusmodi excre-
 menta retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitia-
 lium species generentur. & ideo praecclare Socrates apud Plato-
 nem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete de-
 strui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan
 ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae
 rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἀστυσις ἐστίν, ἀνορίη τρο-
 φῆς, ἀνορίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio col-
 locatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in
 frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine ex-
 crementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur,
 membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesque corporis uirtu-
 tes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
 euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἀνθρώπος ἐ-
 στίων & δύνатаι ὑγιαίνει, ἢ μὴ πόνει, quod scilicet homo, qui co-
 medit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistra-
 tum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eo-
 rum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in hu-
 morum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima
 succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen
 concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu-
 ne,

6 epid. cō. 4

1 de dieta.

Ane, ac moderate adhibita non parum adiuvant; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē levatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuius perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Gale-

Bercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eu-

Quod porro in secunda ratione asserbant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-

Cret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carniū usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praefens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamentis sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobauerunt; at iidem sanos non modo a medicamentis non iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Gymnastica

N

medium

In proble.
sect. 5.

In. 2. de ab-
sti. ab aiali
bus.

Libr. 1. in
prooe.
lib. 16. c. 1.

com. 3. de
artic. aph.
1.

6. coll.
cap. 2.

1. Epid. cō.
1. aph. II.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitatio-
nibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est medio-
critatem transire, & consequenter natium humidum, a quibus
duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ue-
ram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite admini-
strata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur;
quae tametsi calorem natium augeat, superfluosque humores ina-
niet, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius de-
monstrabimus, tantum abest illam natium humidum consume-
re, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos hu-
mores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum hu-
midum turbare, ac inficere possent; idem conseruet, & simul
cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra
solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes
utentium exercitatione *τυροῖς ἀκριβῶς ἥδη πεπηγόσι*, siue caseis
iam exacte coagulatis, & non utentium *τυροῖς δὲ πτηνυμένοις*, siue
adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ulti-
mo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione fa-
nam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie di-
cta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, &
nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta
loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos
uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni mo-
tu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani ui-
uant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque
etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem
ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis ar-
gumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem
impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis
homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucris in cauer-
nis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carce-
ribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, &
usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus no-
xis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae
Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Tha-
so aeris constitutionem describens, prauosque in illa genitos morbos
recensens, dixerit: *Ἔγινετο δὲ ταῦτα μερᾶκιόισι, νέοισιν, ἀκμάζουσιν,
καὶ τετέων τοῖσι δὲ παλαιόων, καὶ γυμνάσια πλείοισι*. id est,
Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus,
atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exer-
ceban-

Acebantur: quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi examinen-
tur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exer-
citata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse,
se, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscu-
rum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui
(audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum
studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nul-
lam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & pruden-
ter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum
praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus
ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memo-
riae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Per-
sae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flatu
Bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur
neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis
consumere.

Lib. 1. Cyg.
paed.

*Improbatio eorum, qui omnes homines exercere debere
sentiebant. Cap. 111.*



REFUTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem
corporis ad sanitatem nihil conducere asseriebant, iam
eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu
habito iniungendas exercitationes esse censuerunt: quos

praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni au-
toritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem

s. d. tu 12.
cap. 11.

Ehanc indefinitam propositionem enunciaisse, (Labores cibum prae-
cedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante cibo-
rum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs ra-
tionibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos ho-
mines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pue-
ri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinatio-
nes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum
poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes
illas ob aliquod excellens bonum naturam elargiri in pluribus mani-
festatur, sicuti in maiori hominum parte exercitationum inclinationes
in usu positas sanitatem bonum excellentissimum praestare, nemo ne-
gat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerunt, fuit,
quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae con-
tinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natura coloris

N ij con-

conspirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progignerēt, D
 atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem
 expellitur; diffaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullū
 reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas super-
 fluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem de-
 siderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus
 exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natu-
 ra corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilita-
 tem capiant, ceteros quoscumque ab iisdem iuuari, & iccirco illis
 uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis pas-
 sim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes es-
 se praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehendun-
 tur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
 diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si E
 milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus
 profint, quos immodicus coitus, siue *λαγνεία* secundum Hippocra-
 tem, Aristotelem, & Galenum iuuat, quos uel minimus laedat, &
 sic de singulis; pariter rationabile fit, aliquos dari, qui non parum
 ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabi-
 mus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti dis-
 crimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis; quam sibi fauere
 sunt arbitrati, laudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat,
 quod omnibus hominibus exerceri conducatur, immo de ordine ex-
 ercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uo-
 luerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos
 debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis
 prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi cali- F
 das naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua senten-
 tiam suā adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno con-
 firmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: si quidem
 homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nul-
 lus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nū-
 quam moueatur; at quod iisdem inclinentur ad eos uehementes mo-
 tus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nul-
 la ratio dicat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo ap-
 paret ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitatiōi-
 bus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa
 probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in
 corporibus nostris collecta necessario esse tollēda, at quod solis pro-
 prie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, tal-
 sum

2. de tēper.

6. Epid. cō.

5. aph. 22.

1. partic.

Prob. 51.

5. de tu. ua.
cap. 11.

Asum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpirationis, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminetibus morbis exercitationis abstinentia, soliusque balnei usu se liberaffe, sanosque conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerum esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus non parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos sed inexercitados, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge-

s. de tu. ua.

In li. de dietis, & factis Socra.

Bonitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, causis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare. atque illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quasi libet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aequae perniciiosum, & letale inuenitur, atque cuiuslibet motus cessatio, consummatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natius hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirum torpor connutritur, uerum etiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam uoletudinis offensionem perducunt.

2. de tu. ua.

lib. de cib. bo & ma. succi
lib. de cau. mort. oris.
li. 1. de fia.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
 Cap. 1111.



2. Aph. 49.
 50.

ESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assue-
 tos solum exerceri debere, inassuetos minime exercen-
 dos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem
 ueritatis quandā præferat, ceterisq. duabus iure ante-
 poni mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini
 nimium tribuere, quasiq. supra naturæ condiciones illam statue-
 re uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur,
 & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata,
 quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius e-
 lucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissem apud medicorum
 principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores fer-
 re, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuue-
 nibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi
 deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pro-
 nuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus
 committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assue-
 tos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propte-
 rea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. adde-
 bant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuiuslibet rei insuescūt,
 magna ex parte naturæ suae conuenientem consuetudinem deli-
 gunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus ad-
 haerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi fami-
 liaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem
 contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales exper-
 ti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem ca-
 pere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placi-
 ta consuetudo in naturam transit, & ideo non secus consuetudi-
 nem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruerte-
 re, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si
 consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit,
 in eadem quiete reliquum uitæ cursum ipsos sanos peracturos; ex
 aduerso uerendum esse, ne iidem aegritudines diuersas incurrant:
 si quidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ip-
 si consequentia in contrarium statum permutari, necessarium ui-
 detur. Huiusmodi ergo rationibus inducti, isti constanter affir-
 marunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exer-
 cere exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debe-
 re.

Are. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, at-
tamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omni-
bus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa
descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum
est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciofa existunt, qua-
lis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis ci-
tata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmo-
dum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis
minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita
quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua
sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi responde-
mus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam si
cuti multi consuetudinem naturae eorum cōuenientem induunt,
Bita quamplures uel dulcedine allekti, uel negligentia, aut alijs de-
tenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in
malis consuetudinibus & naturae ipsorum inimicis persistunt;
quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quie-
tis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt;
non autem quod eam tamquam sibi ipsis conuenientem elegerint,
nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauim-
us. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, &
consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod
numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici
naturas prauas, id est naturales intemperies emendare, in meliusq.
permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonū
corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho-
Cnestiores, & salubriores perinutari nequeant, ignoro; eo praeser-
tim quod facilius exsuuntur, quae cōsuetudine fuerunt contracta,
quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod
otiandi consuetudo perniciofa est, quia (ut dicebat Celsus) potest
incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus
eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucundi-
tatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates,
dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus tur-
bare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod
multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxe-
rint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uicti-
tant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem quali-
bet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter
quoque in pessimis consuetudinibus perseverantes saepe numero

1. Aph. 56.

Lib 1.
Cap. 3.

2. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores prauis otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se in uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paulatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐν προσαγωγῇ studeant, illud procomperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promissimus, ipsiusque tractationis ordo exposulat, exercitationum breuiter percurramus.

De exercitationum differentiis.

Cap. V.



QUICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam ἀσκήσας ἰκὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuiam siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitator, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusque alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴν exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atque utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiores nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsque huiusmodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiiores exercitationes, post uigilias, post maerores inferuebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

3 de tu. ua.
ca. 1. 11. 12.

3 de tu. ua.
cap. 8.
2. de tu. ua.
cap. 3.
3 de tu. ua.
cap. 12.

A exercitationis pars nominatus reperitur; quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgredierentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub testō, uel in mixta umbra, quam ὑποστυμμιγῇ Graeci uocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab

1. d. tu. ua.
cap. 12.

1. d. tu. ua.
cap. 8.

Utendi rationibus acceptae huiusmodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel inaequalis; si intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; si parua, parua; si mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in-

1. d. tu. ua.
cap. 8. &
cap. 10.

Cuenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatio, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutiones; aut multum temporis in breui spatio infumebatur, tarda & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoque adnexam gerebat, & σφοδρὸν θυμίσαιον idest uehemens, robustaque exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

cō. 1. aph. 6

2. d. tu. u2.
cap. 1 & 2.
aph cō. 16.

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & *εὐτονον γυμνάσιον*, idest ualens exercitatio uocabatur, sicuti fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus texto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue *ἐκλυτος* uocabatur, alia sine ulla celeritate, & *ἀμυδρὸς* siue languida aut imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemens, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Superfunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis & huiusmodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationē propriam, quam

Aquamquam ex se uehemens motus semper existat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam; modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter haec eadem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & **B**philosophus naturalis uocabitur; si gratia eas uel conseruandi, uel corrigendi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat existat, corpora ad ualitudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat *ἐπερὶ ᾧ* (inquit Clemens Alexandrinus) *γυμνασίῳ χρώμενος*. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corporis gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta scititare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

*Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lasso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac senore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.*

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignorantur fossionem a nobis atque etiam a Galeno,

&

1. d. m. u.
cap. 8.

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D
tranſeamus.

De corporum morborum & ſanitatis generibus. Cap. VI.



POSTQUAM aduerſus male de exercitationibus opinan-
tes diſputando neque omnia corpora hominum exer-
cenda, neque omnibus interdendas exercitationes eſ-
ſe, demonſtrauimus: aequum eſt iam, quae corpora ex-
erceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſ-
ſe traduntur, aegra, neutra, & ſana; quorum tametſi multae factae
ſint ſpecies, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus;
ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus; ea ſcilicet quae prae-
ſenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaeſas habent, licet **E**
alioqui nec perfecte ſana, nec undequaque temperata uideantur;
ea, quae infirma ſunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes
ſenſibiliter offeſas habent, ut nullo modo opera ſanorum obire
ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media poſita ab auctori-
bus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus
aegra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic
conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit, quod
tria quoque exſtant morborum genera, primum in intemperie po-
ſitum, ſecundum in mala formatione, tertium in continuitatis ſolu-
tione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (ſub no-
mine corporis intelligo & humores, & ſpiritus, & membra ſolida)
ſiue illius pars aliqua aut immoderate caleſcit, aut frigeſcit, aut hume-
ctatur, aut exſiccatur, uel ſimul frigeſcit, & exſiccatur, uel frigeſcit, **F**
atque humectatur, uel caleſcit & humectatur, uel caleſcit atq. exſicca-
tur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur;
quod intemperiem uocarunt medici; quam alias ſimplicem, alias
cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur; ſub appellatione
ſimplicis eam intelligentes, quae ſuapte natura citra alterius affe-
ctionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine uero intenpe-
rici cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quae &
ex ſe, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflam-
matione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & ſanitatis
ſtatum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quo-
tieſcumq. corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita
quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſo-
lutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, ſeu aliquod cor-
poris

Aporis membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis *τύπων* ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.



DBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria tum ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualitudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarunt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate

6. Epid.

Cquam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerum etiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuria subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: *ὅταν τὸ ἀσχεῖν ἢ πῖος τῆς νοσήντας*: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius *ἢ πῖος* uocabatur. Ex altera parte, non desuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

§. d. tu. ua.
cap. 11.

Li. 2. c. 14.

In prooc.
l. b. chro-
ni. pal.

Cap. 16.

Loc. citat.

pus, quā exercitatione, & quā quīete indigeat, ne ullas perturbaciones, motionesq. sustineat, optime pernoscat. Quocirca secundum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum suscipit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Pruliensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, a uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes instar tortoris, excruciat, alijs autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his etenim Galeni & Antylli sententia exstat; acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitus non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitatio nesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpēant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febricitantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insigniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationē, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus, & uestationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non humores paulatim euanescent; pariter ex immodico calor infirmus exstinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciuntur, maioriq. cura opus habeant; frigida porro simulq.

sicca

A sicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remissis exerceri debent, cum semper praeter morbi peculiarem affectionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, sicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes sustinent; quod motus exsiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium sit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligentur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuersum corpus intemperatum habent, quoniam si quis in sola corporis parte membrone, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. possit modus, quo partes sanae citra aegrarum offensionem exerceantur, proculdubio huius aegroti exercitatio magis accommodata erit; quippe quae sanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conse-

B quentia quadam auxilium praestet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; sed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes sint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in sequentibus libris declarabimus, ubi particulae singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus.

De morboſis ob malam formationem corporibus simili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, sed nuper & casu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim siue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, siue partem aliquam deformatam habeant, nisi affectus alij impediētes associantur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &

C contorta dirigere, & aspera lenire, & tumida deprimere, & depressa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obstruēta aperire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercitationes tollere consueuerunt, quandoquidem uniuersalem corporis molem auctam nihil est, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & succos detrachere dixit Hippo. & post ipsum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo crassitie creuerat, ut neque pedicem manibus tangere; neque corpus mouere posset, ab Aesculapio curatum esse, mihi uerisimile uidetur: simili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aequae ad carnosum, & bonum habitum restituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes insigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle distribuatur, sicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib. de sal.
diacta.

In. 6. epid.
cō 3. Apho-
ris 2.
Galen. de
dīſſis mor-
borū. c. 9.

In. 6. epid.
com. 3.

Secundo de
tempe 3. &
6. d. tu. ua.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua- **D**
 tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuita-
 te crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpo-
 ra subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluous, siue
 mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praefer-
 tim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis re-
 num, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum
 uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas
 aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ labo-
 rantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admit-
 tunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt,
 non modo reponenda sunt in propriam sedem, uerumetiam post-
 quam reposita fuerunt, tandem ab omni motus genere arcenda;
 quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si **E**
 mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infir-
 mitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de
 secundo morborum genere mala formatione scilicet lab orantibus
 corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere mor-
 borum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel
 in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis
 similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus asso-
 ciata; ubi corpus aliquam ex his solutionem feбри associatam habet,
 nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitanti-
 bus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi a-
 lijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrē sola continui solu-
 tio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ue-
 luti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exerci- **F**
 tationes quae uis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affe-
 ctae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent,
 quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum
 morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur
 continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, mo-
 do nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt non-
 nulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a modera-
 tis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi,
 quorum cutis cum ab humoribus falsis & acutis discindatur, ex mor-
 tu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam
 per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a
 morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animad-
 uersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-
 bus

Abus morbosus corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualitudinarijs, & senilibus exercendis.

Cap.

II X:



QUAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualitudinaria statuemus, cum quibus comprehendere uolumus tum omnes il-

Blos, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualitudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, si quidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualitudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualitudine sibi ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firman-
s. d. tu. ua. cap. II. & in arte medic. cap. ult. s. d. gener. aial. ca. 4.

Cexercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ ποσάγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit; ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualitudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natium ex morbo uix reuiuiscensem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; si quidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

Gymnastica

O

res,

6. collec. cap. 6.

In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum vires sunt imbecilliores, atque earum. **D**
 dein ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendam
 huiusmodi indispositionem necessaria sunt quaecumque pro-
 bum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec mode-
 ratum motus, quales uehicularum, ambulationes lenes; non uehementes
 motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciore reddunt, ita calo-
 rem diminuunt, & vires imbecillas consumunt. Ceterum senes,
 quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum co-
 piam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad ex-
 purganda huiusmodi recrementa, tum etiam ad conseruandum
 atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue ca-
 lorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen
 in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti de-
 bent, vires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, **E**
 quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium,
 quas senes semper imbecilliores habent; acutas exercitationes, ue-
 hementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant,
 maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gesta-
 tio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualitudi-
 nis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia,
 quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescen-
 te aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia
 ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura
 haudquaquam omnibus senibus accommodari posset; cum Plato
 ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam pepe-
 risse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octo-
 ginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum **F**
 trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambula-
 re solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo uter-
 batur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuen-
 do maxime prouidum, quiq. aurium; & oculorum uigore inte-
 gro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum an-
 num attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectu-
 lo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia pas-
 suum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde confideret, tum ue-
 hiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum
 ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo; aut stylo redde-
 ret; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate
 octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus; deinde pila
 moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,
 &

A & paullisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senectate se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindictam partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, et si fuerint imbecilles, uel

B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Ultimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui causa, a uertigine, comitali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de uale tudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis.

Cap. IX.



QUICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualeitudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

O ij pus

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ce-
 teris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione
 re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in
 sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpo-
 re nullibi existente sermonem non sum habiturus, sed de illis tan-
 tum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ul-
 la molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omni-
 bus exercentur. cum enim medicus artifex sensuum rerum exsi-
 stat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione com-
 prehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam
 quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excremen-
 ta generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes edu-
 cantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter
 scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & be-
 ne concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum
 enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offe-
 runt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum.
 Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec
 uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro *περὶ μικρᾶς
 σφαίρας* adnotauit Galen. & propterea exercitationes fessorum, &
 messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualeitudi-
 ne fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commendā-
 tur, qualis lucta, discus, pila, & huiusmodi, eo magis si consueti
 fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte
 corporum exercitandorum hiis mentem adhiberi oportet, consue-
 tudini, aetati, habitui uniuersali corporis; particulari rationi, ui-
 uendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus. Et
 etiam in omnibus obseruari debere, si quidem quae cōsuetae sunt
 exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae,
 in assuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si
 quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, pro-
 tinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione
 contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae di-
 mittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, proue-
 ctos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes
 poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua
 quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut mo-
 dum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem
 minime exercitationes transcendant. Iuuenes enim (dicebat Hip-
 pocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-
 rent,

lib. de causis
 mor. c.
 2 1. d. diijs
 feb. c. 2.

Arent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carniū, uenarūq. statim, & magis, quam tenes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent; carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiusmodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum cenſeo; quod pingues, & obesi; quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiā exercitationes sint uehementes, atque acutae; nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administruit, se cursum uelocem adhibuisse

3. de partibus animalis cap. 9.

14. Meth. cap. 15.

B se testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri possulant; quia sicuti corpulenti, & crassi contrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur; alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facituri lentis passibus incedant, quos item Māgones & Medici crasse facere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel *ἑυσᾶπχοι*, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes existunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt, nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitarum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal. diaeta. 10. aph.

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,

Nunquid tonforem Gargiliane times? & lib. 2.

Laeuis dropace tu quotidiano,

Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet; ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

2. aph.

1. d. tu. u.

3. de histo.
at aliū. c. 194. Aph. 13.
6. epid. cō.
4. aph. 15.
6. partie.
Prob. 1.6. Epid.
sect. 4.1. partie.
prob. 9.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue molestiae mo-
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret: in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt, qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exte-
riores deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aequè efflu-
re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
omnes decolorati euadunt; unde hos satis exercitari necesse est;
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguis uero ad exteriora seruan-
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturacrationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men-
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae
rens, cur alij sedendo pinguescant, alij macrescant, ideo euenire di-
cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
& qui calidi sunt, pinguescunt sedendo, cum eorum calor sine mo-
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit, & ob id mi-
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,
quando dixit: *Εν θερμῷ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλινύειν*, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: *ὁ χόσκις δὲ διΐλαι λαμβάνουσιν, τετρίοι
σι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν*, ijs scilicet minuen-
dum esse & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
men percipiant, nō immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles scri-

A scriptum reliquit, corpora humida a labore suffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur; qui mox copiosi & seruidi effecti calorem natium suffocant: attamen ratio secus persuadere uidetur, quae demonstrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipsis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi; ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore inſinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis temperiem poſſident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorē, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eadem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum diſſiciliter gerunt, cum labor ea recrementa coſumiat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. Quaecumque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neque celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natium excitant, augentque: Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

4 de gen.
aialiū. c. 6.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. Cap. X.



ANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipsis ſactae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plantarum naturae, ſicuti Theophrastus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

O .iiiij. ſcuntur.

scuntur, uel aluntur, diuersis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni sunt ueteres medici, qui in singulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates considerandas omni diligentia praeceperunt. Nam exstant loca, atque regiones, in quibus, si ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem consequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere spectare debent, qui uel sanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorum corpora exercere uolunt: qui nisi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, saepe numero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna consideratione digna occurrunt; Primum est, ut sit ab optimis uentis perspiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad septemtrionem, & orientem, a quibus salubriores auras perflant; posita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore situs contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aestum & frigus intensum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, insaluberrimas perspirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeque prorsus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suam patriam exstitisse refert Galenus, proculdubio haec cunctis praestabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementissime saltem ibi uenti spirent, quod corpora sese exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurfus ad interiora admittunt, atque sic postea per niciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli situ desumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aestiuas thermas extruxerint: nam hiemales in transiberina regione Aurelianum Caes. fecisse, auctor est Vopiscus, quae ad meridiem expositae solis radijs attēperabantur, & proinde hiemalibus exercitationibus ualde accommodatae erant. Aestiua uero aedificasse Gordianum Iuniorem, scribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Esquillas posita opacitatem quandam blandam, & gratissimas umbras exercentibus se praebebant. Secundum in electione loci considerandum est, ut sit apertus, non conclusus, non opacus, quoniam, ubi liberior existit aer, minusque con stipatus, corpora in ipso exercitata agilia, & uiuidiora redduntur, quam si in crasso, denso, & concluso exercerentur. Atque hinc

2. A tu. ua.
cap. 7.

est,

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus desti-
nata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarūt,
quam porticus & hypogaeum; sicut & Phaedrus apud Platonem in
dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cu-
ius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem ex-
tra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce
uerbis: τῶ δ' ἐ ἐμῶ καὶ σῶ πειθόμενος Ἀκμενὶ καὶ τὰς ὁδὸς ποιεῖμαι
τὰς πεπλάτους φύσι, ἀ ἀκοπώτερες τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest,
Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes
facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae
in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promi-
serimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportu-
na sese offert, eo magis quod Marfilius Ficinus, uir alioqui doctissi-

In lib. de
dic. au. fac.
Socrati.

B mus; dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint am-
bulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit;
tum quia textus Graeci litteram; aut non intellexit, aut sine neces-
sitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde translu-
lit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acu-
meno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis
quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare fa-
cilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nu-
per Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est,
cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in
uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelli-
gendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nā-
que arbitrati sunt; δρόμος, siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues
ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo
pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis
frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur
Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cur-
sum habitabat his uerbis: ὁ δὲ τὸν δρόμον οἰκῶν, τῆς νυκτὸς αἷμα
ἰμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinē euo-
muit, ὁ δὲ uero siue uias dixerunt fuisse quascūq. uias extra ciuita-
tem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, mini-
me planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiū-
tur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in
cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso anti-
quiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τὴν πε-
πλάτων οἱ καὶ τὰς ὁδὸς ἀκοπώτεροι εἰσιν οἱ ἀνῶμαλοι τῶν εὐθετῶν. id

lib. 1. ca. 2.
5. partic.
Prob. 1. 37

est

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper iisdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuunt, & ideo minus defatigantur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus existentibus faciliores eadem ratione existunt. Alij dixerunt τὰς δρόμους existisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. *ἐν τῷ πομίδας* uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laetium in Platone, *ἐν ἐνσπικίσι δρόμοισι* Ἀκαδῆμει, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero existitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in E. uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues cuntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo cuntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putavi, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiores, & puriores aere, qui non in locis breuib. & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: *ἀπὸ γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἡλείφοντο ἑταῖροί τινας ἔτοιμάτῃ, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ μοι δοκῶσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἵεναι*. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Orisium. Atque haec tenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper cuitare oportet. Eadem ratione

s. partic.
Prob. i.

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridiana-
 num per aestatem sole exoriente calefcit, meridia ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberetur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, quod, tamen si multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uideantur, in ijs tamen haud parum delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere, scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacanae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius ad notauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasque spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. d. tu. 11.
cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic.
prob. 6.



Vo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infelicerq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, ferenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimum enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspirantiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & ideo, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullam amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimis praeterea calor exerceri uetat, nec non siccitas immodica, quoniam alter calorem natuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccant. Tempus item exercitationibus ferenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

6. partic.
prob. 6.

6. partic.
prob. 12.

A inceptis grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, *ἀμα ταῖς ὥραις τιν με-
ταβάλλονται ἀχοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα*, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus temporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantum attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omnium ueterum auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis existens minus cibos, crudos-

lib. de aere
aq. & loc.

2. partic.
prob. 21.
33 & 41.

B que humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore existente natiuo calore, & per consequens melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguum utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut

3. de dieta.

C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumnno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumnno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillum magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in temperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque lo-

In Isagoge
medicinae
cap. 5.
Lib. 1. c. 53

2. d. tu. ua.
cap. 7.

cus

lib. 9. epist.
Epist. pen.
ad F uscū.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter-
mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione
aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomo-
do diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
» de exercitationibus: ubi hora quarta uel quinta, neque enim cer-
» tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypta-
» porticum confero, reliqua meditor, & dicto, Vehiculum adscen-
» do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
» mutatione ipsa refecta, Paulum redormio, deinde ambulo, mox
» orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
» causa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
» ambulo, ungor, exerceor, lauro. & paullo post. Nonnumquam ex
» hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulauī, post
» somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E

Plu. in lib.
d tuē. san.

quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari por-
ro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando mo-
tum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum ci-
bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum
mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit,
quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis am-
bitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimi-
mo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur

Loc. cit.

si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore depre-
henditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni-
que probati medici uno ore pronunciarunt, semper exercitationē
ante cibum esse faciendam. *ἡσυχία γὰρ*, dicebat Galenus, *μέγιστόν*
ἔστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τῆς σιτῆϊσθαι γυμνάσιον, ἔτι καὶ βλαβερῶς
ταυτὸν ἐπὶ σιτίσις ἢ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sa-
nitatem maxime conducit ante cibum perfecta exercitatio, ita qui-
uis motus post cibum perniciosissimus existit. Nam dum exercita-
tio cibos praecedat, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, alte-
ra quod calor natuius excitatur, augetur, & ad futuram concoctio-
nem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum
corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excrementis faciliore
exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructions, ac mul-
tos alios morbos retuso natuiuo calore progignere solent. Ex ad-
uerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi cor-
poris habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerum etiam uni-
uersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testa-
tus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

lib. de cib.
bo. & ma.
succo.

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἐφόμιστα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινεῖσθαι. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phthisicos, aliosq. plurimos ualitudinarios deambulationibus post cibū exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda putō, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius etiam accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit, ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem molietur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Auicenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprimè concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinenti dum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriēte labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructions innumerāe suboriantur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκχι λιμὸς ἐππονητέον, id est, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora; quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimū obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam frigidam

2. de ca. pl.
cap. 20.
Coel. Aur.
lib. 2. chro
c. 13. & 14.

2. d. tu. ua.
cap. 2.
lib. 1. fen.
3. doc. 2. c.
3.

2. aph. 16.
Auic. li. 1.
fen 3. trac.
2. cap. 5.

6. epid 3.
6. Epid.
cō. 3. aph. 2

partic. 5.
prob 28. &
30.

3. de sal.
dieta 22.

2. de acutis

H. 9. de die.

6. d. m. u.
cap. 5.

lib. 4.

frigidam potare : a frigida enim lotionē hominem laedi metus est, D
ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & ua
cuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehemen
ter ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercita
tiones, si Galeno credimus : frigidum autem ualde quodcumque
exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; non
nullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post
uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, re
fert Galenus. De hora autem dici particulari, in qua homines sani,
de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualeitudi
nis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, &
Auicennam reperiō, Vere meridianam horam eligendam esse,
quando aeris status temperatior existit: Aestate matutinam, ut dici
aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulan E
do commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper
adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum le
gimus : dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodio
res secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiend
um prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam di
stitabat : Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sum
ptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer
frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs neces
sarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane
sumptus non possit, nisi uespere, cōcoctus esse, ea sola hora exercita
tionibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Im
perator, qui ualeitudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis die
bus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F
& pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitatio
nes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scri
bit Capitolinus) ingrediebatur : longissimis autem hora nona, aut
ad summum decima : Quam horam una cum octaua fere commu
nem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari ui
detur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur,
ad Euphemum ita scribit.

*Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lasfis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,*

Hora

A Hora libellorum decima est Eupheme meorum,
 Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
 Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
 Ingentiq. tenet pocula plena manu,
 Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
 Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seucro imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post lectionem, palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationibus mollioribus incumbere, atque inde unctus lauabatur, ita ut **B** caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaque una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis sumebat, oua deinde, mulsum, atq. his relictus aliquando prandium inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & se ipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit.

*Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
 Aut scripto; quod me tacitum inuenet, ungor oliuo,
 Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
 Ast ubi me fessum sol acrior ire lauatum
 Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
 Pransus non auide, quantum interpellet inani,
 Ventre dicam durare; domesticus ocior, haec est
 Vita solutorum misera ambitione grauiq.
 His me consolor uicturum suauius, ac si*

Quaestor autem, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid; uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

Gymnastica

P ob

Lib. i. scr.
 Sat. 6.

li. 1. fen. 3.
doc. 2 c. 3.

Lib. de cu-
iusque ani-
mi pec. no-
ritia atque
medela. c. 5

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedi-
mentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin ex
ternus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum non-
dum cibus concoctionem affecutus est, corpusq. superfluitatibus
magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam ex-
ercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Aui-
cennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens
erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc
uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane
ante cibum quibuscumlibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus
auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet,
modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni
comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis af-
fectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnope
re considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos sem-
per dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse,
atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme,
alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Gale-
nus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quo-
niam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, &
duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usque ad uigesi-
mum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquo-
rum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse
putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasione habeat, hanc
horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tene-
re debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas no-
uis accommodare facile poterit.

Quanta fieri debet exercitatio.

Cap. XII.



Xijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, &
paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam
remediorum omnium adhibendorum mensuram esse,
semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum ali-
quando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiectione me-
dicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae
professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student,
omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum men-
suram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

Ata committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) in scitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur; iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum uoletudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes

Brequirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & ideo certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est; unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendum est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cum malis exauriantur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabique cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatis uel mutatio, quippe quem, & copiosiore semper, & feruidiorem edipar est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum scito corpus exauriri, refrigerarique, & siccatum plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

s. de locis
aff. cap. 5.
li. 6. c. 11.
li. 1. sen. 13.
doc. 2. c. 3.
lib. 2. c. 3.
6. epi. cō. 2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi **D** sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstat) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi existentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, ~~exercitationes~~ in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, **E** minumque exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem existentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a **F** leuibus defatigationibus minime offenduntur: laud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores existunt, siquidem in tempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus acquo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimis laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augmentumque impediabant. Nā inter eos, qui Olympia uicerunt, duo; uel tres tantum exstiterunt, qui iidē adolefcentes, & uiri sint uictoriā consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1 de tu. sa.
c. x. 7 pol.
cap. 4.

Amas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis ro-
bur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pue-
ri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen
sudorem, ne frigus magis obſit, & quo ad uniuersum corpus in-
caleſcat. Vere plus, & uſque ad sudorem. Autumno minus mi-
nime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) ne
que sudare, neque incallescere, neque defatigari omnibus ab am-
biente aere satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui tem-
peratam uitam degunt, etſi paucis superfluitatibus abundant, &
iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni senten-
tiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent,
ne otio torpescant membra, calorue sopitus proprium, & na-
turalem habitum remittant, neue excrementa etiam intempera-

In lib deci
bis bon. &
ma. ſuc.

Bte uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes au-
tem ſicut multa excrementa, multoque humores ſuperuacaneos
aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent,
quae humores illos excrementaque abſumant, quacue profun-
dos ſomnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; ſiqui-
dem Galenus ſoſiores & meſiores, ideo a prauo uiuendi genere
minimum quid offendi ſentit; quoniam a laboribus in profundos
ſomnos demissi etiam deterrima probe coquant, & ad meliorem na-
turam reducant; ideo iſti, modo uel crudorum in corporis ambi-
tu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos ple-
rumque comitari ſoler, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus
& diutius exercebuntur, tanto magis ſibi conſulent; ſiue incal-
ſcant ſolum, ſiue ſudent, ſiue etiam leuiter defatigentur. Humi-

i. de alim.
ſac.

Cda corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus mul-
titudine humiditas nimia exſiccetur; unde iſta tamdiu exerceri po-
terunt, donec ſudor citra uirium defectum largus effluxerit, ſicca
minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in
exercendo ſe exſpectare. Frigida quoad tota ſe caleſacta percipi-
ant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda ſunt, nec um-
quam aut sudorem, aut incalſcentiam, aut inſignem anhelitus
mutationem in ipsis exſpectare decet. Calida praeterea, & ſicca
exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam
ſiccitas ſimul augeantur. Frigidis, & ſiccis ratione frigiditatis, &
uſque ad manifeſtam incalſcentiam exercitatione opus eſt; ob
ſiccitatem a ſudore ualde cauere debent. Calida, & humida mode-
rata exercitatione uti conuenit, quoniam puſilla humiditatem ſu-
perfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calcſcit, indeque

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitu s **D**
 alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum
 est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus
 anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summa-
 tim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita
 namq. excrementitiac humiditates, quibus oppleta sunt, inaniun-
 tur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes per-
 ficiuntur. Demum uale tudinarios, qui mox a morbis resurgunt,
 exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quo-
 niam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, &
 membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt
 non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus
 mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigatio-
 nem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- **E**
 resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exer-
 citationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum pra-
 uam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius
 expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis se-
 cundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne
 a fluxionum perniciosiis morbis protinus tententur: deinceps pri-
 mo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitatio-
 nis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum per-
 uentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam
 calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque
 demonstrauius) animaduerso, omnibus immodicam exercitatio-
 nem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra
 colliquat; uiris inaequales intemperies gignit, atque sebiem in- **F**
 terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in
 libro de causis praeinchoantibus; senibus immedicabiles lassitu-
 dines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid sem-
 per boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eude-
 mum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exer-
 cendo defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit)
 καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγίανόν τε εἶναι ἢ ὑπερβολὴν τῆς ἐλ-
 λείψεως καὶ ἐγγύτερον τῇ μέσῃ. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἢ ἑλλείψεως ὑπερβολῆς
 & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa
 sunt, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum
 corpus aridum, & inaequale apparct; dum in motu sensus dolo-
 ris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte
 dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-
 modice

Galen. 3. d
 symp. cau.

38. partic.
 prob. 5.

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescripta sit: Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicitè, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expretimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi.

Cap. XIII.

B **P**RAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obcundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendi tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iā uia latissime pateat. Quae de re maxime ad huius tractationis absolutionē pertinet, ut modū, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Imperatoris medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicenna in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercendi ubi lotio perfecta concoctio apparebat, facibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio; puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebar, peracta exercitatione paulum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursus fricabantur, *ὑποπαρατεταγμένη* dicta frictio ne, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatur facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur

6. colle.
ad Iul. c. 15
Lib. o. 1.
ser. 3. c. 2.
lib. 1. fen.
3. cap. 3.

lib. 1. c. 1

lib. 1. de ci-
bis bon. &
ma. suc.

tur conclauī quam maxime alto, lucido, & spatioſo, rariuſ ſeipſoſ **D**
induentes ad capiendum cibum accēdebant. Atque hic totuſ erat
modus, quo uel in gymnafijs publicis, uel in priuatis locis maior
pars liberorum hominum, & eorum qui ualitudini curandae & bo-
no habitui comparando ſollemniter incumbēbant, frequenter ute-
batur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homineſ ſingu-
lis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omneſ homi-
neſ, nedum clariores quotidie defricari ſolitoſ, multi auctoreſ, &
praefertim Columella trigefimo ſexto. lib. cap. memoria manda-
runt. de quo defricandi more & modo, ſi Deo placuerit, ali-
quando tractationem huic adiiciemus. Ceterum ueriſimile fit quā-
plurimoſ alioſ exſtiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatiſq. impedi-
tiſ; uel neceſſarijs uariarum artium operibuſ detenti; uel aliqua ua-
letudiniſ ratione coacti hoc pacto minime exercebantur, ſed frictio **R**
nibuſ, & unctiōibuſ dimiſiſ quaſcumq. poterant exercitationeſ
amplecterentur; ſicuti & multi reperiēbantur, qui praedictarū cauſ-
ſarum aliqua nullo modo exercitationibuſ uacandi otium habe-
bant; quibuſ omnibuſ exactiore uictu, & ſaniſ medicamentis opuſ
eſſe tradit Galenuſ. Verumenim uero cū aetate noſtra gymnafia il-
la ob exercendi commoditateſ ab antiquiſ fabricata in uſu deſie-
runt eſſe, neq. gymnafteſ, & paedotribeſ, neq. aliptaſ, & renuncto-
reſ habeamuſ, a quibuſ fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis
exercendi modoſ, atq. commoditateſ quaeram, ſat erit illiſ, qui
aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi otii ne-
quaquam habent, ut potiuſ quomodocumq. poſſunt, exerceātur,
quā ſemper in cōſummata quiete degant; modo tamē hoc unū ob-
ſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationeſ eaſ quaſ gratia ſanitateſ fa- **F**
cere uolunt, ſolicite nimis adeant, ſed ſaltē aliquot horaſ interpo-
nant, quo minus quā fieri poteſt nocumentū inde ſequatur. Porro
qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori otio priorū corporū cura e libe-
re uacare queūt, haec omnia diligenter obſeruare debent, primo ut
corpuſ tū a faecibuſ & uriniſ, tū a mucciſ & ſputiſ accurate emunda-
re, caput peſtere, manuſ, & faciē abluerē ſtudeāt, ne excrementa in
uarijſ corporū cauitatibuſ, atq. in ipſo ambitu latētia, a motu excita-
ta uaporationib. offendant; ſtriſtiſq. meatibuſ nonnū quā inſarcta,
aut exercitationiſ calore eliquata obſtructioneſ, fluxioneſq. diuer-
ſaſ pariāt. Secundo ut corpuſ iſ indumentis obtegant, quae labore
ipſi ſuperaddere nequeāt, quacue interim a uentiſ, ſi qui erūt, uel
a frigore tueantur; aut etiā ſi aeuſt uergeat, feruoreſ nullo pacto au-
gere, ſiue ſouere queant; nam indumenta niſi exercitandiſ pruden-

Ater accommodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insignē, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumētum est, quod ita sudantes decoloratiōes euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incallescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cōsuevit a uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intētionem augeat paullatim, usquequo ad terminū; qui sibi cōueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis

2. parti. pō
30. & 38.
partic. pro
ble. 3.

B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intēsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uelut sudore madefactas exsuant, & siccas resūmāt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur, praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quinto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius aliquo motu utatur, tātumque a capiendis cibis absteineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatiōe, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accomodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exsiccere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare, quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

In con. de
pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

A R.

ARTIS. GYMNASTICAE

LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. 1.



Scuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus expectandus esset, nisi recta atque universalis methodus, quam superiori libro abunde factis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modum vana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac fallax ea cognitio videri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocuumtum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinqueretur, in sequentibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum comprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram condiciones rerum inueniendi rationem scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiusmodi declarare instituimus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis specie emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quam plurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui profunt, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea utilitatibus, atque damnis a membris superioribus principium fumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duome saltem peracturum esse spero: Alterum quod maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum quod habito a ualitudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitantur,

Abuntur, quos desidia, laborum abstinencia, ac exercitationis ignorantia non contemnendos, quosq. intemptius exercendi usus continuo parere solet: illud namque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerumq. magnum detrimētum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque oportune sese exercent, laud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualitudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, in superque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore ser-

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

Buatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamē omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenū in dogmaticorum secta sunt imitati magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, q. s. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperiēs, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cōcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualitudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eadem administrantur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cōsuetudinem in medium adducemus, non erit, q. ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, t̄quam

De chroni.

gymna-

a. d. diacra.
iuxta finē.

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam **D**
& nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum
censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētij affiduis, alias
morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem
uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insu-
per hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, li-
cet in multis exercitationibus diuersus existerit antiquorum mos
ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercita-
tio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum
nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibus-
dam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis
attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unū, aut alterum ob-
seruemus; antiquos unctiones ac pulucre in multis exercitati-
bus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi fa- **E**
ciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qua-
litates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercita-
tiones in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum
pulis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, q. hie-
me oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore
demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat,
cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum
ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corpo-
ris remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea
maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, no-
strates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas
exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exerci-
tationibus aequum iudicium ferre optauerit, debet quid un- **F**
ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, to-
tumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum di-
uersos effectus existimare.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus

Cap. 11.



Res praecipuas exercitationum differentias ab antiquis
Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima
exercitium *ὑγιαίνουσαν*, siue praeparatorium, alte-
ra *ἀποθεραπευτικόν*, tertia simpliciter exercitatio nūcu-
pata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus
corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-
psit

Aplis Galenus: quā de cāssa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item vsurpabant quā plures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, opportunū exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo-

3. d. tu. val.
cap. 11.
2. de tu. ua.
cap. 3.

Btherapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemētioresexercitationes, post uigilias, post maiores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in iis quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercetur, magis exuruntur, qui in humidis, humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad im-

3. symp.
prob. 6.
libr. 1. c. 35.
6. epid.
Lib. 1. ser. 3.
cap. 8.

3. de tu. ua.
cap. 2.

Cbibendas quasi libet aeris, & locorum qualitates. De differentiis ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, quod exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse morum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione in motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerum etiam futuram prohibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

5. par pro-
ble. 1 & 12.

extrin-

1. d. tu. ual.
cap. 11.

5. d. tu. ua.
cap. 3.

Loco cita-
to.
5. chronic.
cap. vlt.
Sect. 31.
Prob. 14.

Gale. 6. de
mor. uulg.
com. 3.
6. de tu. ua.
& lib. 6. c. 3
14. Meth.
Lib. 1. fer.
4. ca. 3. 1.
Gal. de pu.
epil.

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere sunt
exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora,
efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere
defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasti-
cam uim, refrigeratorem, ac percussoriam. ut nō temere is prae-
ceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur,
puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime exte-
nuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, exsi-
stat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter
differentias ab ipsius motus quantitibus desumptas primae sunt
multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres
obesum reddere, scripsit Galenus, ex quo liquet magna cum ratio-
ne Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad pro-
hibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de
quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exer-
citationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus
siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq.
ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus qua-
ntitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt,
excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime
omnium paruae. Inter differentias a qualitibus captas secundum
Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora
extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad
curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque
tarda pinguefacit, & crassitiem induci: tmediocris inter utraque me-
dios effectus producit. Exercitatio uelimens atque robusta calo-
rem quidem natium auget, somnos profundos generat, & conco-
quendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur.
quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes ue-
hementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo con-
ducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus
obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuamen-
tum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualudinarijs quam sanis ac-
commodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus
ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producant,
& iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur
ita determinatis, iam facile euadit cuicumque uel mediocri iudicio
praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quate-
nus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod
tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demonstratum est, uniuersales huiusmodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expressius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus.

Cap. III.

B



Vicumque saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportionem, harmoniaque musica non caruisse sciet. & ideo nostra tripudia βαλλισμους, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare censebit. Verum tamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non uidet, quod, sicuti illae aliquando sanitati inserviebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualitudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commensationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportuna, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum

Cunctas exercitationes peragidebere, superius demonstrauius, lib 4. c. 11. administretur, quin commoda multa pariat, infitiri minime poterimus. Cubisticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusque unde quaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleti necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaque suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer commouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)

etabitur) quam ueram orchesticam appellauimus, quam plurima **D**
 apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel
 saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulo-
 rum effectus percensere uelle. proinde sat erit illa adnotasse, in qui-
 bus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram con-
 uenire uerisimile uidetur. *χρησμοίαν* etenim siue manuum gesti-
 culationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, pla-
 cuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis
 dolore, ubi paulatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ue-
 luti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae
 motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam
 nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stoma-
 chus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile re-
 medium existit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos **E**
 pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniatur,
 quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit
 huiusmodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapi-
 lis. Caeterum q̄ praegnantibus mirum in modum noceat, testa-
 tum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calu-
 mnias subiret, uteri fetum abiicere cupiebat, consuluit, ut saltaret;
 pollicitus ea saltatione conceptum corrumpendum esse, ueluti po-
 stea contigit. Quicūque uero caput debile, ac uertiginosis affecti-
 bus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersu-
 ris, motibusq̄. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur qui-
 bus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent,
 perinde namque in tripudiationibus alicui cuenit, ac in rotationi-
 bus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil **F**
 omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & su-
 percalefactos habentes, feminisq̄. fluxum, *γυναικῶν* Graccis uoca-
 tum, qualibet de causa incurrentes a saltationibus abstinere conue-
 nit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrude-
 scunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis
 specie, quam antiqui sine armis obibant. q̄ si quis armatae, quam
 uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc mo-
 dum uere atq̄. breuiter statuere rem poterit, uidelicet omnia quae
 ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod
 armata uehementius membra exercet, magisque illa incallescere, &
 sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes
 non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura testus ce-
 leriter agitur.

A De ludorum pilae effectibus. *Cap. IV.*



Ludorum pilae antiquitus quam plures cū apud Latinos, tū apud Graecos existisse species, abunde in secundo libro indicauimus: ex quo nullum operae pretiū est hoc in loco, ubi solas exercitationū qualitates explicare pro-

posuimus, eadem repetere: illud dūtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus unde quaque non corresponsdeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorū comoditates atq. nocumenta singulatim enarrare stude-

Bprosequemur eodem ordine, quo supra uisi fuimus. In eo etenim cōuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, q̄ fortiter existit. Hoc praeterea commune ex omnibus huiusmodi ludis commodum percipitur, ut, qui in ipsis, uel ipsorum aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, iisq. uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat: ideoq. apud Noniū a Lucilio scriptum inuenitur, Cū studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnē solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnā utilitatē praestat, cūq. in ea exercitatione crura magnopere laborēt ad ac-

Cquirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, q̄ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cōiuncto praestat, ad spectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cōmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa cōuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cōplexus est, uidelicet. q̄ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualitudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum. affert. de hoc lu-

Gymnastica

Q

do

ca. 4. & 5.

Li 1. fen 3.
doc. 2 c. 2.

2. d. tu. ua.
lib. 1. c. 18.

Orib lib.
6. co. lec.
cap. 32.

Lib. 9.
cap.ulti.

lib. 9. c. ult.

lib. 9. c. ult.

lib. 5. c. ult.
1. d. diaeta.

II. i. chro.
cap. 4.

In eius vi.
ta. c. 80. &
83. epist. 1.
lib. 3.
ib. i. c. 6.

do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum; quando in **D** curatione priapismi sphaerae exercitium cōmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulētus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinē emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiā bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, acq. exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo omittendam eā esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem vertiginosis obesse iudicauit Aretaeus, quoniā capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intē-
tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora at tenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuēdā polysar **E** chiam hāc exercitationē, quā a Graecis corycomachiam uocari scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum existere. Aretaeus item in elaphanticis *κορυκοβολίας* laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cōsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexātur, simili exercitatione periclitari, & quādoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpātur. Atque tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus complexa omnia in usum sanitatis recepta superius demōstrauimus. **F**orum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelium de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis sollicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cū praecipue superiores partes exerceat, iis, qui citatam alium habēt, & quos tremor corporis exercet, non sine ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercita-
tionem

Ationem intellexisse arbitror Plinium, cum Spürinae prudētissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis:

Epist. 1.
lib. 3.

Folle decet pueros ludere, folle senes.

Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eisdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuētere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.

Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

Bsane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbantur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: q̄ si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & praefrigore doloribus uententur; tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumētum inferat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus; qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe-

Li. 4. chro.
cap. 7.

Cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus: Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualentarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congregientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & ueter faciei elationibus, depressionibus, ex-

lib. 1. c. 2.

Gal. lib. de
par. 6. 2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis, prehensionibus fatigen-
tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum ten-
duntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum
magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel
caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace ui-
tium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos ge-
runt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sani-
tatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.



Lucta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque
existimatione habita fuit, tamen a medicis, uti dixi-
mus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. **E**
a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo,
quo apud Priscos ab athleticis, exerceatur, nonnulli tamen eam
etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent,
quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum ha-
ctenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab au-
ctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in
medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque ma-
gna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testa-
tum reliquerunt, unde certum esse cuius potest, ab hac ipsa ca-
dem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam
declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquiori-
bus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pau-
mentum, quod genus a Plutarcho pancratium, uolutatorium **F**
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique,
modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco prae-
teriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem
interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac
gracci nomine *πάλης* continuo fere illam ipsam accipiunt. lu-
cta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum
Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet,
carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia
firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac mu-
scolosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actio-
nes corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsicca-
tam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumo-
res ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper
quiete,

Lib. 1. c. 8.

2. d. diaeta.

loco citato

A quiete, magis ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor a reque collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, si quando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasm extinguere scriptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omni us inimica existit: ut non immito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, q̄ luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo compinguntur, diuellunturq. dāna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterū, & Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ualde aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impēdet periculum. unde nō temere Galenus, ne suffocetur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis talē exercitationem fugiēdam esse uoluit, quāquā Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrā minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescencia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctādum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceversa secundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui a morbis sese resicere incipiunt, sit superiore accommodatior, ac mini

2. prob. 7.

Li. 1. chro.
cap. 1.
lib. 2. c. 2.
lib. 3. c. 2.lib. 6. c. 28.
Lib. 2. ad
Timo. c. 216. Epid.
cō 3. aph.
32
1. de dicta.1 lib. de sc.
ad Post.
4. d. rat. vi.
in au. 3.
In 6. epid.
com 3.
aph. 6.
in libr. de
passionib.
renum.
li 43. c. ult.
1. de motu
mus.

mo periculo robur, & fortitudinē pariat: capiti, & thoraci prodest, D
 neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
 in ei⁹ uita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus, luctationibus, iacti-
 busq. discorum, & iaculorū exercuisse, ut, quemadmodū germinū
 radix ualidū in acris terris principium sumens melius germinat,
 ita & hae partus robuste tolerantes honeste simul, ac facile aduersus
 dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta-
 tio, si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat,
 lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est
 ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exerci-
 tationes recēseatur, ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti
 loco citato pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est, & ab Aetio si
 in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores ex-
 hauriendo refrigerare auctor est in 11. de diaeta Hippocrates: at se- E
 s. d. tu. ua. cundum Galeni sententiam iis magno studio fugienda erit, quos
 cap. 3. ex leui causa uertigines, comitiales morbi, grauis ophthalmia, uel au-
 rium dolores male habent. simili modo, & illis, quibus tonsillae, &
 angina incidunt, quibusq. promptē in columellam, gingiuas, dētes,
 deniq. partem aliquam ex his, quae circa collum, aut totū caput ha-
 bentur, fluxiones procumbunt. Haftenus de lucta. circa quam oriri
 posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artē omni-
 bus alijs melius calluit, non modo luctam fere nullibi ad quidquam
 cōmendauit, sed potius tāquam parum utilem, aut omnino noxiam
 damnauit: cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi; alias cru-
 ra distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republi-
 ca odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet, F
 ad Thras. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, siue lucta, per quam
 cap. 41. exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitatio-
 nibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, cur-
 rere, equitare, saltare, uenari, nauigare, fodere, q̄ lucta exerceri me-
 lius est: & sicuti athleticae, gymnasticae luctatio magis accedit, atq.
 inferuit, ita quoq; a medica lōgius recedit: unde non est mirū, si Ga-
 lenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quā in medici-
 na minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab
 aliis auctoribus tradita inuenimus, explicanda esse duximus, non ut
 Galeni auctoritatē ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exer-
 citationibus sensisse scripsit, uel posterioribus postponam; sed ut de
 monstrarem, si qua a lucta exspectari cōmoda debent, haec ab aucto-
 ribus indicata, & nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem
 scriptum inuenio, q̄ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,
 ac

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minimē; sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij. & caesiuum facultatibus. Cap. VI.



Quamuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeferebat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemblemur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum brachia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualitudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiantur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis cum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod ^{2. prob. 5.} exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua frictione cum calor increseat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor facilliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrius medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

nibus per supernas partes factis curandum mādauit. Quae frequē-
 tissime omnium ab athletic exerccebantur, erant lucta pugilatus,
 & Pancratium, iuctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gy-
 mnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliqua corporis
 partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo si-
 cuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est,
 certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractū uni-
 uerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat,
 solum athletarum munus exsistere. Ad haec cum a Galeno inter ma-
 gnas exercitationes recensetur, caliditatem augere, & consequen-
 ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōsentaneum est:
 id quod intellexisse Theodorum Priscianum, quem alij Octauīū,
 Horatianum Vindiciani Archiattrorum Valentiniani comitis di-
 scipulum faciunt, arbitror, quādo scripsit hidropicos labore nimio
 & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse:
 ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὁδρω-
 πιάδ' αὖ δ' ἐν ταλαιπωρίῃ, ἰδρωῖν. quod itē innuere uoluisse Coe-
 lium Aurelianū possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs pa-
 laestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cōsultuit, ut
 inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiam de
 uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quā
 diximus 2. lib. sub σωματομαχείν notasse Galenum, quod ad cras-
 siores homines efficiendos mirifice cōferret, indicauit ibi Galenus
 ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
 athletas transtulit. Caestuum exercitationes, de quibus apud medi-
 cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
 chijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum ta-
 men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret,
 atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo fidis pugnam committere caestu.

Li. 5. Aen.

In hanc sententiam uenio, caestus apud medicos, siue in rēda sa-
 nitate, siue in curandis morbis, siue in acquirēdo bono habitu nul-
 lum locū habere, atq. ideo similem exercitationē penitus omitti de-
 bere. Ceterū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatū, & caestus
 exercitiū absq. antagonistā quandoque usurpatum, tuncq. schiama-
 chiae, de qua infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciem
 quādam exstitisse, dum scilicet pugnis, & caestibus aerem dumtaxat
 percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque bra-
 chia citra molestiam exercere ualeat, pariter alteri cum aduersario
 factae praefenda semper erit: nempe cum plagis illis, atque per-

A percussionebus careat, quae plerumque in huiusmodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, quae quis exercitatione delectaretur, cuius assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percipient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percussionebus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus.

2. d. en. 23
cap. ult.

Ca. 13. 11.
& 12.

De cursus natura.

Cap. VII.

B



SICUT pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis existisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uolentia, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alijs uelocius, atque uehementius, alijs remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariatur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum quemcumque febribus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermonem habuisse sentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti non salubrem, & plus aequo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uiriliter exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio car-

2. d. tu. ua.
cap. 10.

6. epid. cō.
3. aph. 2.

6. epi. cō. 3
Aphor. 31.
ibidem
Aph. 2.

ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com-
 1 de dicta. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sen-
 lib. 4. c. 4. tentia ualde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinanian-
 tur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis
 aegritudinibus quibusdam strenue adcoiuiare reperitur; ut Ae-
 tius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deam-
 bulationibus ab omni affectione sint liberati. Peculiariter uero ijs
 5. partic. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ari-
 prob. 9. stoteles quaerēs, cur, qui detraliere ad ima genus omne excremēto-
 rū putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quā in ce-
 terorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id co-
 euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum re-
 tinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, at-
 trahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete-
 rea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit: ex quibus omnibus
 locum superiorem aegrotare necesse est; & ideo sapienter Theo-
 11. 2. ad Ti dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepti-
 mot. ca. 2. cis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq. placidus ad
 corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroboran-
 das, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatiu autem
 defluxiones, atque catharros curare, & aliorum uertere ido-
 neus est. & ideo ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur,
 sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca
 russis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum
 commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec
 non eo morbo quem Graeci *κνινδὸν πασμὸν* nomināt. licet enim
 primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis
 postea colibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus
 cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita
 properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Sto-
 machum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
 berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendū con-
 sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu-
 11. 3. ser. 2. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
 cap. 18. cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis
 lib. 2. ad Ti profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam
 mot. c. 25. praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs
 6. coll. c. 22 quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarent, uel a scorpio-
 nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen senten-
 tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam
 si

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot comoda secum uchat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimen-
B menti reddit capaciores; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum: neque uero huiusmodi exercitatio suapte natura ullum effatum dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem non admodum firmum, uel urinam ardore sollicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrographista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis causam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero
C currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniam in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendentes ibi firman-
 tur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti contingere in pila super patimentum iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; si uiolenter, statim supra resiliit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iam dudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scri-
 ptum

lib. de affe.
ren.5 partic.
prob. 38.5 partic.
prob. 91.4. de nat.
acut. aph.
119
Pli. lib. 29.
cap. 1.In Probl.
medicis.6. Epid.
com. 1.
7. Metho.

In Merc.

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, numero se spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur; modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualeat. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiusmodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facta a me explicata sciantur. pro quo id silentio non esse praeteriendum ducō quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uelementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uelementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contentem magis agitur. Cursus in super recta ad anteriora factus, atque longus ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multa q. comedentibus utilitatem praestat. At recursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque utilis est; ideo non replet caput. Circularis uero cursus secundum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuata autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatem in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus imminet. Caput ualde offendit, uertiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes; per decliuia uero caput uehementius afficiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui recto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus lanceis peractum, asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisq. coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Orribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius forsitan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

in libro de uert' g
li. 2. ad Timot c. 12.
2. d. diaeta. lib. de in somnijs.

2. partie. prob. 30.

Quid praestet saltus. Cap. 11X.

SALVTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praefertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

9. Meth.
in prin. de
nat. pueri.

14. de usu
partium.

in ci^o uita
cap. 83.

lib. 2. c. 11.
Lib. 1. cur.
chir. c. 1.

in li de na.
pueri.

re ex eo constet, quod in huiusmodi exercitationibus alterum ue
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi in-
flexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-
res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, cete-
risq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiā
ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-
liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam concesserit, opinor eo consilio effecisse, ut cognos-
cerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi
occasiones ipsis effugiēdas esse. Multae sunt saltus species, quarum
duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsultationem uideli-
cet, atque saltum ita proprie uocatum. de exsultatione, quae quo-
dammodo cursui adsimiliatur, hanc sententiam tulit, illam diutur-
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus carcat; materiam, quae ad partes superiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus,
ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. Hanc etiā
intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum,
ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae
calculis, quibus afflictabatur, saepe occurreret. De saltu uero pro-
prie sic appellato dixit, cum materiam infra exactius deducere, sed
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
admotum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod
si ad nates efficiatur saltus, qualē Lacaenarum mulierum fuisse iam
diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat,
& purgando siccatur. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum pu-
to, ubi in uetere capitis dolore saltum, & *ἐνευπαίδευτον ἀνέλι-
σιν* laudauit, sicut & *ἄφελσιν* in uertiginosis. euocat etiam men-
struas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quo-
que retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui su-
pra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-
nuas,

Anuas, & nimis uiolentas fléxiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Galenus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesum inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, qui uerum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophastrus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, quando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiant, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atq. otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuagatione, & explicatione innixi uehementius, firmitus, & consequenter uelocius mouentur.

lib. 3. c. 53.

6. epi. cō. 3.
aph. 2.

Lib. de passionib. ten.

5. partic.
prob. 8.
in lib.
περὶ χό-
πων.Aristo. lib.
de cōi aīa-
liū gressu.*De Halterum condicionibus.**Cap. IX.*

ALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dū in huiuscemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut assatim corpus

2. 3. tu. da.
Orb. lib. 6
cap. 34.

pus

6. d. tu. ua.
cap. 14.
6. eur. chro.
cap. 1.

Li 5 chro.
cap. 2.

6. d. tu. ua.
cap. 14.

lib. 9. c. ult.

d. cōp. me.
p. genera.
cap. 2.

6. epi. cō. 3.
aph. 1.

lib. 14.

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum; D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri me-
moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus hu-
iusemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paulatim
finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stoma-
choq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo ci-
bus accescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: lau-
dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
lenus cuidam, qui mordax, praecalidumq. semen inter emitten- E
dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem ha-
beret, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret sua-
fit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curan-
do huiusemodi exercitationem commendauit, quod animaduuer-
teret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen,
uerum etiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu
lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, nisi quid aliud impediatur, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo mi-
nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē F
congruere ullus affirmaret; quorum alterum nimis, atq. inaequali-
ter agitur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia u-
tuntur, um aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quā-
rem fortasse considerans Martialis, fassionem, quam Galenus, &
exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic ex-
ercitationi proposuit sub hisce uersibus:

*Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?
Exercet melius uinea fossa uiros.*

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuua-
re, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce

omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempe-
state figura illa, halterum antiquorum a Pausania descripta in usu s. Eliacdt.
non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plum-
bae, ferreaeue, apud alios lateres, ac lapides prope sphaerici & gra-
ues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficien-
dumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in prisco-
rum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent
in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq.
superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui hal-
terum exercitatorēs. ut hac una ratione omnes effectus a nobis su-
pra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B



DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores,
paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq.
fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a
Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercita-
tionem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam,
uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum lo-
cum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum
exercendorum corporum uenire, proinde ficcis (ut aiunt) pedi-
bus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum
erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, ac-
commodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. il-
lis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate
corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lo-
gius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac
musculorum intensioe artus magis solidescant, & ab excremen-
tis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Ga-
lenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ip-
sae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice
per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id prae-
staret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex-
optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac
denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet
partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque
ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet,
quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il-

In. 6. epid.
cō. 3. aph. 2

Gymnastica

R li

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis-
 solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum se-
 cit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem
 lib. 2. c. 12. exercitationem existisse halterum, atque disci, sciendum praeter
 uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris decla-
 ratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs con-
 torsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum projice-
 tur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo
 ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus ob-
 longis projiciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui
 olim in discobolis uidebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu pa-
 rum in ipsa projectione differre uidetur, ita quoque uires similes &
 ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut
 pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi-
 nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine my-
 sterio Æsculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores,
 ambos sanitatis magistros arti iaculandi tamquam Deos praefecisse;
 nimirum hac sententia innuentes, huiuscemodi exercitationem bo-
 nae ualitudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni stre-
 nuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species
 effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas,
 alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, om-
 nes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos,
 qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos ue-
 lim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero perito-
 naeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per conse-
 quens hernias in similibus exercitationibus generari experientia
 compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa
 spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo hu-
 iuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud igno-
 randum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,
 dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen ui-
 tam aucupio sagittarum iaculatione facto, quod an faceret exercita-
 tio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum ue-
 risimile uidetur.

s. de finib.
 bo. & mal.

A De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.

S nullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeq. corporis partibus, & profit, & noceat, perfecte animaduuerint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in **B** quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significant; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, **C** alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualitudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia existit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

6. colle.
cap. 21.

2. d. diacra.
prope finē.

16. famil.
Epist. lib.

Orib. ibid.
7. epist. 79.

Lib. chr. 1.
c. 5. & li. 3.
cap. 1.
9. d. comp.
med. f. l. c. 1
31.

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersuæ, atq. B
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quo-
niam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs pla-
nis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel
sub Dio, uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae
aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot
enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud
auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum
nonnullae sane possunt esse apotheraeuticae, sicut apud antiquos
fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quādo
iam confectae sint grauiiores exercitationes, siue post purgationes,
quas medicamenta fecerint, & post subliationem oculorum, & post
copiosum uomitum: atq. hoc deambulationis genus aptum est a-
nimum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem re-
spirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum fir-
mare, & quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitu-
dinis sensum infert, quaeq. perturbat; explicare, atque dissoluere.
de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes
post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime ue-
ro permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare.
Atqui deambulationū simpliciū mediocris ceteris omnibus magis
ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus, quando is Tiro-
ni consulens, ut ualitudinem curaret, ab ipsa quinq. postulari scri-
psit, *πέψιν, ἀλγίαν, πείπον σύμμετρον, τέρψιν, ἐυλυσίαν κοιλίας;*
id est ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem mo-
deratam, oblectationem, & alui solutionem facilem. mediocrem au- P
tem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas ni-
hil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit,
quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit
Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci,
nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loque-
batur Seneca, quando sese destillationi, a qua ualde afflictabatur, de
ambulatione succurrere fatebatur. hanc eandem pro infania, proq.
asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiā
maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta
coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis
ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, qui-
bus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi su-
pernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor-
bis

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatione huiusmodi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus; mingentibusue, aut seminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatione magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotheraeutica effici diximus: quo circa ualitudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex

B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes incundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cenna ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probauerunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commēdat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laboras deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē probauit, nempe quae sine capitis concussionē humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxysmus non affligit, iuuare, minorem fatigationem quā stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci *ἐπρηΐτα*, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiusmodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curanda in usu habendā esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatione frigidos adiuuat & e ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis noce; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

6. Epid.
com. 3.
aph 3.

li. 4. chro.
cap. 7. &
lib. 5. c. ult.

2. de acutis
3. 1. doct. 2
cap. 7.
par. 1. 13.
7. Metho.

1. chronic.
cap. 1.
Cap. 4.

1. ad Glau.
li. de palp.
conul. & ri.
lib. 3. de re
med. c. 33.
li. 4. c. 4 &
lib. 5. c. 28.
Li. 4. chro.
cap. 3.
Cel. lib. 1.
cap. 4.

ternis conuenire, inſinuarunt Coelius, & Celfus, ubi deambulationē molli ſtramine, coaequato ſolo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut ſcriptū eſt a Tralliano) qui podagra & articulorū affectionibus turbantur, μετρίως, & ἀνευ νότις πολλὰ moueri, poſiſſimumq. ante, & non poſt cibos. Nam laſſitudo his maxime aduerſatur, ut quāe articulos plus iuſto calefaciat, & inflammet, ipſiq. aliā rurfus materiam, ex longinquiſſimis particulis ad ſe attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter cauſſam ſuggerant. Multa deambulatione ſecundū Antylli ſententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & à quibus infernae corporis partes nō nutriūtur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca uero prodeſt ijs, qui poſt exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus eſt, ut is in fundum ſtomachi deſcendat, & quibus grauitas in corpore ſentitur. Longa & recta ambulatione minorem, quam breuis, moleſtiam parit, capiti prodeſt: ut non im-
 merito Coelius, atq. Cornelius Celfus epilepticis curandis eam ex uſu eſſe iudicauerint; at nimis exfugit, humiditates, atq. exſiccāt. ob idq. merito accuſandus eſt Themifon, qui atrophia laborantes duo decim ſtadiorum ſpatium grefſu conficere ſuadebat. Longa & con-
 citata ſingultui comprimendo ſecundū Aetij ſententiam ſtrenue prodeſt: breuis ſicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Ariſtoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta conſtans diuerſitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuerſionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non ſine ratione epilepticis damnatur; cuius rei cauſſa ambulatione quoq. circularis merito improbanda eſt, ut pote quae caput uertiginofum reddat & oculis uehementer noceat. Nam Caſſius medicus antiquus in libello
 problematum, quem graeca lingua conſcripſit, cauſſam indagans, ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, ſed ſolum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime diſſipationem materiae impediunt, circulares uero eā fieri non ſinunt, quod aer uehementius illiſus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodū & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motū in capite uertiginofum afficiunt. ſicuti namq. icterici omnes externos ſapores amaroſ ſentiunt, & qui ſuſſuſiones in oculis patiuntur, quoſcumq. colores rubeos iudicant, ſimiliter in circularibus motibus, cū in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, ſicq. uertiginofa paſſio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intentione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodū ſcriptum eſt ab Antyllo, capiti male affe-

Oribafius
 ibidem
 lib. 1. c. 4.
 Lib. 3. c. 33.
 Cel. lib. 3.
 chronic. 7.

Probl. 38.

ambulatione

cto

Acto conueniunt, itemq. thoraci humidiori; utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae; utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

B**N**TER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut descendendo exercentur. si fiant adscendendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quam per decliuia, nec non spiritum proficere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam; itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decline laborat, sic per accliuie pressa onere nititur, acriusq. ob eius modi motum incalcescit, & sudorem mouet, & spiritum proficit, cum etiam corporis uariis inflexus non nihil afferre causae possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum

CAntylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscendendo deambulare, atq. inter ambulandum orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dum adscendimus, nos corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturam flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descendendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora in ualida non parum laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

2. d. tu ua.
cap. 9.
2. partic.
p. ob. 38.

5. partic.
prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D
 crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer
 fatigantur. Ambulationes quae tum adscendēdo, tum descendē
 do peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie
 tate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam
 imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sen
 tentia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformi
 tatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent
 similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad cor
 pus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam fa
 ctæ in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factæ
 non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito de
 ambulando defatigantur, atque hoc Antyllus intelligebat, cum
 ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scri
 E
 pfit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc
 idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae
 dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praepo
 suit, de quo supra latius disputaui. neque aliud intellexit Ischo
 macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in
 agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystris factæ
 praetulit. in his tamē determinandis ualde refert, nūquid in pratis,
 in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniā si hiant in pratis,
 blādissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentāt, nihil cō
 mouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum
 propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Fa
 ctæ in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxi
 me profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) a
 F
 guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firman
 das, corroborandasq. cuius gratia Augustus dū coxendice, & fe
 more, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte
 claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Sue
 tonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinū
 remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxio
 nes, tum ad confirmandam ut iudicauī coxam arundinum ad con
 tinendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo
 fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam
 subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dis
 sipandam potentissimae existunt, & ideo male forsā a Coelio
 taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis pa
 ralyticos exercendos, suaderet. sub porticu factæ ambulationes,
 aut

lib. 1. c. 2.

Oribasius
Loco citat.
In Oecon.In uita Au
gusti. c. 30li 2. chro.
cap. 1.

Aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non lib. j. c. 1.
admodum probantur: quandoquidem acre libero non fruuntur,
sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente:
nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superio-
ribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab
Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint
expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est
huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum
istum exaedicatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quan-
do pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisq.
iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo
tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio,
omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru-
Buio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & prae-
sertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant:
Loco cita-
to.
lib. j. c. 9.
& primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus
aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita
auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam
speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione caleseat,
humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, exte-
nuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustine-
re, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus
exurgerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas ui-
dentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissi-
ma sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus
aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu-
Clationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope
mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim ha-
bent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed
utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has
omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis
partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores,
ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant non
sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, effi-
cacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuan-
dum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae de-
inde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ua-
let secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, &
ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Ae-
tius in colicis doloribus a frigida causa ortis commendauit. sed
quae

Oribasius
loco citato

Lib. 3. chr.
cap. 2.

lib. 1. c. 1.

in 1. de
morb.

5. partic.
Prob. 34.

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tussis excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Diopro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quam parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum secissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uerat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepescit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest: quoniam aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consuevit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Plu.

A Plutarchus, propterea huiusmodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laetus apud Plutarchum in nat. quae est attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat, atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (*τηκτικὸν*, non *δυσκτικὸν*, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegatur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandem uel caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiam a somno contractam dissoluit, spiritusque attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, & humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conuiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguum ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter,

3. Sympto.
prob. 1.

Cap. 11.

2. d. diacra.

lib. 1. chro.
cap. 4.

6. de tu-ua
cap 7. 2. de
cōp. med.

Cel. lib. 2.
cap. vlt.

2. 3. diacta.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambulationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffuere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsā aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Haecenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quintus.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER. SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat.

Cap. 1.



EOS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstrauiamus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosque quaeque pariat effectus, declarabo.

Quod etenim haec exercitatio priuatim dorso partes afficiat, Auerroes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, censuit Rufus Ephesus. debent quoque huiuscemodi exercitationem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de causa oriuntur. quam sententiam nisi medicorum auctoritas confirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosque modo hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stando, (sic quisque haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuisse, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoque scimus omnes, laboriosum uirum existisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis stando, & uel paucio tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae: quoniam uel in sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demum

6. coll. & cap. 1.

lib. de passionibus renum.

Saty. 6.

Plut. 1 eius uita.

cua-

Petrus Ap-
pouensis
5. partic.
ptob. 1.

euariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D
uel iis totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, &
summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis
inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat,
uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, &
si quando deambulationi uacare non concedatur, illius uices sup-
plere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur
uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius
caput a summis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam
similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia
(quod scripsit Aristoteles) minus homine tussire, minusq catharris
uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus laud
ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt.
Qua item ratione eos omnes damnare uelementer soleo, qui, si al- E
to capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum
potius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere cete-
ris membris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus
a uaporibus capite tententur, minusq a capite ad pectus humores
defluant. Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in con-
ficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud
Aetium magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo ca-
put altiori situ contineatur, quo cibum magis in uentriculi fundo
accommodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur.
Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum stant: stare etenim pau-
co tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest.
Qui porro communi illo effato, Prandia post stabis, inducti, post
sumptos cibos stare delectantur, ij scire debet, si mediocri quodam F
tempore stetur, descensui ciborum in uentriculi fundum insigniter
cooperari, & consequenter illorum concoctionem perbelle adiu-
uare, nec alioqui ullam effatu dignam laesionem afferre: uerum si
multo tempore ita quis permanferit, praeter molestiam, qua ob ci-
borum interdum pondus, praeter lassitudinem, qua ex labore affi-
citur, uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq. maior ua-
porum copia superiorem corporis regionem impetit, maior humo-
rum multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruri-
bus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque spira-
tionem uniuersam non parum labefactat, uti ex difficultate spiran-
di tunc apparente facile quisque cognoscere ualet: postremo renes,
atque uesicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uideli-
cet crudi humores ex simili situ ad eas partes deferuntur, renesq. &
lumbi

Alumbi uehementer incalescunt, debilitanturque, ut nō temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum concludorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stātibz sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cōsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli sententia leguntur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, oportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica depressit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

quaenus

lib. de affection.
ren.5. sectio.
prob. 34.lib. 3. c. 3.
Lib. 3. c. 6.
9. de cōpo.
med. lib. 1.Plin. nepos
lib. epist. 5.Gal. de causis
morb.Coel. lib. 1.
ca. 4. & 5.

6. epid. c6.
1. aph. 10.
2. de tu. u2.
cap. 12.

Lib. 1. ser. 3.
cap. 32.

2. partic.
prob. 9.
lib. de caus.
sis morb.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor D
natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est,
spiritumque crassiore, densiore uel efficiens, asthma, & ortho-
pneam exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibea-
tur, in ceteris eisdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat ma-
gis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine su-
perficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam
densans minus per insensibilem transpirationem excrementa di-
uaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuen-
dam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo
hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos,
ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opi-
nor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experien-
tia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, E
nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambi-
tu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ce-
teris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur,
euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles,
induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius
radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum cre-
do, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus
calefacere; qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est
a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere
solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, ca-
pite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione di-
gnum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius in-
calescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, F
& currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas
quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta
de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque
calcibus innixos non modo laborem, ac molestiam inducit, uerum
etiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quē-
admodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter
fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis af-
ficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequēter uta-
tur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere
uidentur, ut longius multis aliis prospectare ualeant, cuius gratia
ab antiquis speculator, siue $\sigma\kappa\omega\psi$ pingebatur facie hominis stantis
supra digitos, summamque manum ad umbellae formam superci-
lijis admoventis, ut Aeschylus in Theoris meminit.



PVgnarum, quae maioribus nostris ad ualitudinem infer uierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inferuiendi similiter facultatem obtinet, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnam aut palum, aliae aduersus umbram, atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (*σκιαμαχίην*) dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem suppressit: & proinde a Coelio in curanda polyfarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia non parum labefactat. renibus item laborantes huiusmodi exercitationem fugere praecepit Galenus. *σκιαμαχία* porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio existit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitjs quae thoracem infestare solent. confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tamquam calcibus caedentes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

Gymnastica.

S

& uim

6. epid. cō.
1. aphor. 6.
6. coll. c. 2.

2. d. tu. ual.
c. 8. 10. &
lib. 1. fen. 3.
doc. 2. c. 2.

Lib. 1. chr.
cap. ult.

6. epid.
com. 1.
aph. 5.
2. d. tu. ua.
cap. 10.
6. collec.
cap. 29.

1 Libro.
Prob. 110.

loco citato

2. d. tu. ua.
cap. 10.

& uim maiorem corporibus inferre, quam ista: quoniam, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdem resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cum robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὁπλοῖς μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerum tamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiusmodi pugna carnem laxam, & mollem, nec non capiti admodum noxia est, praefertim quando galea plus aequo obtegatur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ἐπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοῖτο πάλη ab Aeschilo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutionem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia postquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit.

2) Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem asferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quāque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui-

B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu-

Cuare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censem, significare uolui.

lib. 3. c. 13.
lib. de cōp.
cap. 18.
lib. 18. c. 1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.

Cap. 111.



MULTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀποχερῖζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad-

l. de ru. ua.
cap. 8.

S ij numerans

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- **D**
 uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Auicennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisset, & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra-
 hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
 crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
 sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
 num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
 partes corroborare in animo est, sicut iis ualde nocet, quorum chi-
 ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
 locutū esse Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tussi
 exagitatur, exercitationes manibus peractas probat. Porro *ἐκπληξεν*
θρίξεν, id est ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro- **E**
 bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for-
 tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
 loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
 ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
 scripisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis;
 quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
 thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
 uexatur, ualde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis
 uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
 nibus, quasque circuituionibus facillime tum uertiginosas, tum apo-
 pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
 tationum censu est, & *πυτίλλισεν* siue pytilissare, aut pytilisma;
 ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna **F**
 inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia
 haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
 extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
 trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
 proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce
 modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
 firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet,
 sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere habefactat: pedes etiā
 podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
 usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualitudi-
 nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
 non a torpore liberare in animo habebāt. Sunt praeterea a Galeno
 nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
 comprobata, quae, & aliqua ex parte ualitudini & corporis habitui
 conferant,

2. d. tu. val.
 cap. 10.
 Lib. 3. c. 3.
 lib. .c. 17.
 Li. 1 fen. 3.
 doc. .c. 2.
 2. d. diaeta.
 lib. citato
 cap. 11.
 Lib. 4. c. 4.
 loco citato

Loco cita-
 to.

in Miscel.
 cap. 38.

2. d. tu. ual.
 cap. 9.
 loco citato

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coellum Aurelianum, quando pro polyfarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerum tamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto si quis (ut Milo facitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquirat, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiam manibus complexus auferendum praebet: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absolueret se iubeat, aut ipse se a complectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibus nocebit. Aequae uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliquarumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tamen si apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praefertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5.
cap. vii.

*De spiritus cohibitionis facultatibus.**Cap. IV.**Cap. 6.*

1. partic.
Prob.

2. d. diaeta.

3. d. tu. val.
cap. 2.

in lib. artis
med. c. 87.

Li 1. fen 3.
doc. 2 c. 2.

in symp.
2. partic.
Prob.
li. de med.
fac. par. &
libro 2. de
symp. cau.

Etentionem spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiusmodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & E ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritua- lia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi non nihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tatum ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur, nam trahuntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc **F** probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace pressio, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inferi, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumen- torum

Atorum respirationis intemperie contractam exstingui testatun reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequantur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritalia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obfessa gerunt, quique expulsionem quascumque corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido status dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumēti resolutione: uim

Bnamque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo mucos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriore reddendam parturientes spiritum continere praecipunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiusmodi spiritus cohibitione aneurisinata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenroar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quandam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:

Cquamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euerfos scandentesque ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamē huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspiciamus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

te trab. 4.
ser. 3. c. 10.
11. partic.
prob. 48.
Prob 20.

Lib. 27. c. 6.
Li. chro. 3.
cap. 1 & 2.
lib. 4 c. 7.

lib. 1. c. 4. Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum retentum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonacum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonacum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepe numero solet euenire, & praesertim quando illi *πρόδα ἐπεῖν*, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiusmodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda crit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur. E

*De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione
& cantu. Cap. V.*



Ocis multas, sed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci *τὴν ἀναφώνησιν*, Latini uociferationem appellarunt, nos uero pleniorē totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionē, sermonem, risum, atq. fletum. quorū omniū natura perspecta nihil remanebit,

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paulo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Aueroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augmentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque; sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates inter-
B nae consumuntur, quod euidētissime declarat densus uapor ex ore uociferantiū prodicens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa abstergantur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, itaeducta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium existere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Aureliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, plitificis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iijj. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τῆ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριον ἐστίν, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā
 malo

Orbasius
 lib. 6. c. 8.
 lib. de tuē.
 san.
 lib. 1. c. 29.
 lib. 3. c. 5.
 lib. 1. f. 3. d.
 1. cap. 2.
 6 colle.
 cap. 2.

Alexan. 1.
 prob. 87.

malo corporis habitui, qui a Graecis *ραχεζία* dicitur, eandem con-
 ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natu-
 ra male affecta sit, tali exercitatione secundum Aëtii sententiam
 emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,
 & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, par-
 tim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in
 hisce omnibus, quae dicta sunt; uociferationis usus sit utilis, cum
 longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi-
 ne contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi-
 ni uero occurrat, grauiore sonos inspergendo ceterum qui ex si-
 lentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uo-
 cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq.
 uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uo-
 calia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non
 feruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a
 2. d. diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-
 tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem fa-
 ciens rarefacit carnem. Sed cuncta haecenus a me enarrata, de uoci-
 Cap. 7. feratione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta
 intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne
 scio quid facultatis possidens ad replendum caput, nec non instru-
 Lib. 1. chr. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Au-
 cap. 4. relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter ad-
 2. de cur. didit (si ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius
 chro. c. 6. peragitur & interdum *αιαυδησις*, ab Aretaeo *φωνασκίη* uocatur,
 In li. de p. uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue *λυπέειν*,
 ceptionib. li. d. instr. haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut
 odor. 7. de cōp. testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
 me. f. l. c. 1. sententia uocem oblaedit, nec non uenas rumpi facit. ut hac ratio-
 4. de locis ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-
 affe. ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
 lib. 5. epif. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci
 reparandae studeret, rursus uena reclusa sanguinem reddiderit.
 eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui
 comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est igno-
 randum, quod omnes fere auctores animaduertunt, uociferatio-
 nibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praeser-
 tim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs
 uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia
 praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & eiden-
 tibus

Atibus ciuiditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & expirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudine, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus distribuuntur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibz uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu-

Btarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderate libidinis, uel defatigationis acius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes-

Csus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. Decantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualitudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

1. cur. chr.
cap. 2.

partic. pro
ble. 11.
prob. 22.

li. d. tuē. ua.

libro. 1.
probl. 76.

19. partic.
prob. 1.

Loco cita.

li. 1. chro.
cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae man-
 datum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis leni-
 bus uel ipsi, uel tibicen (quod facitare solitum Ismeniam The-
 banum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis fra-
 ter in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Py-
 thagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Sora-
 nus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini
 facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profite-
 batur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui mo-
 dulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si
 igitur cantus ualeitudini conseruandae parum conseruit, grauiorum
 autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam can-
 tui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus
 aer attractus thoracem distendit, uentremque & mcatus per uni-
 uersum corpus disseminatos aperit, dilatatur, cum in cantu me-
 ra quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae cor-
 pora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut au-
 gere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plu-
 tarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferatio-
 nibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium hu-
 morum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatus
 legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem inten-
 dunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud Aui-
 cennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam
 longo tempore efficere uocem est timorofum, quodque ex prae-
 dictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue cre-
 paturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut canto-
 res certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis ex-
 ercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, fre-
 quenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum,
 ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto ex-
 tendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem tem-
 poribus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur:
 ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem ser-
 uare necesse sit.

in lib. de
 tuen. ua.

loco citat.

Gal. li. 7. d
 cōp. med.
 fm loc. c. 1

De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus.

Cap. VI.



LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiolem. Lectio intentam, quam Cornelius

Celsus auctor elegatissimus claram nuncupare maluit; cum sit agitatio spiritus non leniter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non finit crassescere, neque concrefcere, neque faccis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere

Ba Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recipit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam infania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in infania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. lueat in super clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quando quidē per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Plinius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedendo legant. Sic ad ptisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendū, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensā ac uehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tui

si sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post ciborum

lib. I. c. 2.

li. d. tu. ua.

loco citat.

lib. I. chro.
cap. I. &
lib. II. epist.
97.

Li. 9. epist.
epist. ad lu.
paenult.
Cels. lib. 2.
cap. ult.
loco citat.

lib. 4. c. 4.

18. partic.
prob. 1.

Oribasius
lib. 6. c. 7.

lib. 4. c. 4.
5. Meth.

6 Epid.
com 3.
in lib. de lo-
quacitate
in fine.
lib. 27. c. 6.

loco citato

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripiti, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigescentes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestantes minime, dum lectitant, dormire, eo quia intellectum firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam his in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergescunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus sermonem interdicens fore. sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reiectionatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccant, sitim inducit. atque hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim extinguere. quam sententiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualitudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutar-

Achi de loquacitate libellus; & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupientibus sufficere possunt. Haec nus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiri possumus: eo magis quod rubor in ridentium uulubus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum existit. & ideo crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab ἔλη, quae nox caliditatem significat deduci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, δίαχυσιν uocatam, post cibum comendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de causa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolentes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

Γέλως ἀκαιρός ἐν βροτοῖς δεινὸν κακὸν, idest

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituū effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem enim natium, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur-

sum

11. partic.
prob. 19.
& 15. & 35.
part. prob.
8.

2. de repu.

loco citato
lib. 1.
prob. 19.

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima paterè necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit Procos risu emori,

Odyss. 5.

Ἀτὰρ μιν ἡσῆρες ἀγαυοὶ
 Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλω' ἐκθάνον, idest,
tum Proci illustres

Manus extollentes risu emoriebantur:

li. 1. de pac.
 dia Cyri.

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemō negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & con-
 2. Tuscul. tensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualitudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offendantur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius causam So-
 in Isagog. ranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexan-
 cap. 17. der medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum
 lib. 1. adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam ui-
 prob. 61. deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perspicue testatus est. quātum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere facili-
 loco citato ter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. ut
 5. Aph. 54. summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus con-
 1 de tu. sa. tinuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne fileam
 cap. 8. quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumen-
 In prob. ta inter flendum madefacta, exasperatae, eam raucam efficiunt,
 lib. 6 cap. tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt, nam & apud
 2 cur ocu. Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguum emolumentum a fletu corporibus accedere, & ideo simile uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Possidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiam si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant.

Gale 4. de
pla. Hipp. &
Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.



CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeque eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi compertum sit, nihilominus facultates eius ab Orbasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiae, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiae intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile fluctantur, & stabiliantur; neruosque imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & a trabe agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atque remissas collocandum esse omnes affirmant, cumque uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualitudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnem uiolentiam laborantia, quin rebus acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur cum aluum citare, humoresque ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quique podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere debent;

6. collect.
cap. 26.

Oribasius
loco citato

Gymnastica

T

bent;

libro. 1.
fen. 3. do. 2
cap. 2.

lib. de of-
fe. ren.
5 de tu. ua.
cap. 3.

In conf. de
pu. epil.

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos mor-
bos ouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in cu-
ratione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit
instrumentum illud, quod *βεμβίχα* dicunt, & de quo supra sumus
locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis ge-
nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor-
tis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod il-
lud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nomi-
nans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque
paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus,
quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum fer-
reum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas ap-
proximando, quod quidem genus dorsum ob inclinationes conti- E
nuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceri-
bus *ἐξ ἀπιναις ἐπὶ τοῦ ὕψους* uitari mandauit Rufus medicus, neq. ad-
modum pro ualitudine probatur. legitur enim apud Galen. exer-
citationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis con-
uenire, q occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia,
auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationi-
bus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior
est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse ne-
mo non fatetur; sed quanto magis temporibus nostris penes cun-
ctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius
facultates declarare. Nā quod ex magnis sit exercitationibus, ac ue-
hementibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius
natura conijcere; a labore, quoniā sudor, defatigatio, rubor faciei, F
spirationis magnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriū-
tur; ex natura uero eius, quia cū, & deambulatio fere continua, ac
reflexa, & brachiorum iactatio, dorsue totius obnixio quaedā adhi-
beantur, indubitātā fidē faciunt, nequaquam absq. uiolētia, aut ma-
gnitudine huiusmodi exercitationem consistere. & iccirco pro-
babile sit, ipsam calorem natiuū augere, excrementa euacuare, som-
nos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humo-
ribus conferre. At caput ab eadem repleti certū est, quando Galen.
hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit.
Quantū porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sentētiam
uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorsum
exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui
mēbra ista confirmare student, quiq. multitudinē ciborū perbelle
confi-

A conficere, succos utiles p uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuperflui rates, tam per ſudorem, quam per ſecretam diſſilationem exinanire intendunt: Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualitudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa deſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quiq. renes calidos, urinasq. acres habent, ex talibus motibus ſummopere offeſduntur, ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui ſanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandū pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria tene

Bre opera epretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorū inemendabilia mala ſuccedere: quēmadmodum ſaepe numero in propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt prandium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito delectu, nō ſua culpa, ſed exercentium incuria pernicioſas affectiōnes, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus noſtris in exercendis corporibus obſeruata, quantum conceditur, imitantes, melius ualitudini, atq. membrorum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicēte Galeno noſtro, ma

s. d. tu. ua.

Cgnum de decus illis eſſe, qui a natura ſanam cōporis conſtitutionē ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod illis cuitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit, Galenum uoluiffe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe exiſtimo; quoniam debilitas ſenem emendari non poteſt, cum ex uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis eſt. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cōſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſententia recedere uideamur.

s. de tu. ua.
cap. 3.

3. de tu. ua.
cap. 8.
6. epid. cō. 1
aph. 6.



Oribasius
li. 6. c. 24.
Aet. lib. 3.
cap. 7.
in li. de ac-
re aq. & lo.
cap. 11.
4. sectio.
prob. 12.

locis cita.

lib. 27. c. 7

Lib. 9. c. 3.
Aet. li. 11.
cap. 30.
loco citato

Equitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur, an succisset; an asturco sit, ac tolutarius, an curat. De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllō, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus asferre. de hac inquā uerba faciens Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. in foecūdos & cocundi impotentes red dere, nec non dolores diurnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uidetur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incallescencia spiritū concipiunt, sicq. cocūdi cupiditas inducitur: siquidē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succussante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus alijs exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē caussā frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat. ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. quae itē ratione in singultu curādo ab Aetio usurpatur; sensuū instrumēta sub inde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coer cet, crura quoq. tenuia crassescit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiusmodi exercitacionē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū exstare sentētias reperio. Themison Methodistorū princeps in coxedicū dolore, *ισχυάδος* noīe a graecis appellato,

Apellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus, & quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita infectatus est, tamquam ueram ischia dicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementē coxas incallescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes facilius ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus

Broculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores exciter, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

*Pedetentim ite, & sedato nisi ne succussu
arripiat maior dolor.*

Coel. lib. 5.
cap. 1.
li. 2. ad Ti
mo. c. 21.

Libro. 4.
cap. ult.

Cic. 1. Tu.

Quod item I. uilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius
Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc

2. 3. 14. uo.
cap. 11.

Cuerum etiam suspendi, qualiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec compensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine per tantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia.

li. 3. sen 19
tra. 1. c. ult.

*Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)*

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uestione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

Gymnastica

T iij apud

in libr. de
patuae. pi-
lae ludo.

1. d. diaeta.
lib. 5. c. ul.

Scet. prob.
13.

animo.

locis citat.
In Ifagog.
cap. 23.
6. Epid.
com. 3.
aph. 2.

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca-
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant causae aliae, ob quas a sanitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atque extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Arist. causam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciens ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occurrans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agatur. laedit praeterea haec equitatio ita thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usque adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturae, quot membrorum distorsiones saepe numero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsque grauissimis periculis, nedum ualitudinem, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilque uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Haecenus de equitationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galen. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest. nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatus feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animus, & stomachum

Alium firmando : sensus expurgando, acuendoque : sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum uiribus. Cap. IX.



NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequam horum opinionem sequi uoluisset; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in: 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur: sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis *αἰώπαν* uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehensis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulae effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus existunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solū sanis, & ualeudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accommodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib. 3 ca. 6.

lib 12. c. 15.

locis citat.

loco citato

comprobatte. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D
 eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualitudinarijs ge-
 statio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere
 magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem natura-
 lem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis fir-
 mare, actiones stupidas excitare, segnitiei dissoluere, corporis tur-
 bationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, &
 contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare.
 nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum
 delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigi-
 liarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis teno-
 rem ad se reuocando, & corroborando. & quamquam Seneca epist.
 lvi. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambu-
 lationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetu- E
 dine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gesta-
 tione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit
 Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nul-
 lus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto
 numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in par-
 te est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recen-
 ti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obserua-
 tiones, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestatio-
 nes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis in-
 scripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cō-
 tagione quadam aliquando perijisse, refert Silmachus Hippo. secta-
 tor) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoi-
 cis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthma, in stoma- F
 chicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscia-
 nus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uo-
 luit in melancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi
 doloribus. hisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati sunt,
 atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur.
 Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem lauda-
 uit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu ne-
 cessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est ta-
 men ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gesta-
 tionibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demon-
 strans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum
 efficitur.

loco citat.

7. Meth.

lib. 1. cur.
 chron. c. 7.

A De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particularibus uiribus. Cap. X.



Explicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunū est, si prius illud in memoriā reuocauerimus, scriptores. s. medicinae, qā sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualitudinarijs nominant; de qualibet eius specie intelligere: qm̄ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accomodari nō possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdū uēs, sed in remissionibus morborū, interdū placidiores significare. Vehiculorū multa fuere apud maiores nostros genera, quorū luxuria usq. adeo interdū Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac argentea facere nō sint ueriti. sed hoc praeter institutū nostrū est. Nā, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus; mulis. s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationē uehiculo factā quis ceteris acriorē esse dixerit Celsus, nihilominus, secundū Galeni sententiā, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sanis, nisi aliter exerceri impediātur, minime omniū cōueniat. Ualitudinarijs, atq. senibus magis, quēadmodū Antiochū sese exercuisse, & Caecilium Pliniū accepimus: maxime uero aegrotantibus, de quibus sermonē faciens Antyllus dixit, gestationē in uehiculo factam uim quandā amoliendi, cōmouendiq. morbos stabiles, & permanentes habere. Qua propter Seneca epist. lvi. ad bilē faucibus infixā discutiendā, & ad spiritus densitatē extenuandā sibi mirifice profuisse describit, qui, q̄n̄ helandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nō raro usq. ad expirationis periculū exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbū utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uelientior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendū esse. unde sapienter Coelius Aurel. iudicauit, capitis dolore uexatos per longā uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nō sine ratione in furore, atq. paralyti curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauit, q̄ motus rotarū uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginem serat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditate uel capitis, necnon in hemi-

l. 2. ca. 22.
cap. 3.

loco citato

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: **D**artamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desiderare in currū mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retro-uerſa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnū iuumentū conferre. Hanc mitiorē in aluo fluente cōmendauit Celsus: quam ualitudinarijs quoq., & senibus Aufonium Gallum poetam, & Aufonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quando is amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cifio, & Veredo, quae erant ueliculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

*Pelle soporifers senium, nubemq. ueterni,
Aque alacri mediam carpe uigore uiam,
Sed Cifium, aut pigram cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Caeterij maneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.*

li. 2. ca. 22.
loco citato

Curtius

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefaciente, attenuanteq. ui praeditam in suppressenda carnis multitudinē a Coelio commēdatam inuenio: quam item ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito percussis ueluti optimum praesidium usurpatam fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blandior existit, sic quoque plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperimus, id **F**actum credo: non ut simili exercitatione ulla ualitudini accederet utilitas: sed potius, quia a senectute, siue alia causā (ueluti Alexander ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebatur, uel ut a puluere, sole, uetorū natibus, pluuia, grandine, ahiemis rigonibus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis causis homines sani urgeatur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationē illam, quae plurimorum capita uexare consuevit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verumenimvero hac particulari comoditate nō mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q. sani uiri ea possunt uti post cibos, nō ad exercenda corpora, sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus dānum, aut solatij,

A & exhalandi animi gratia quem admodum faciunt: Augustus, quando a cena se in lecticulum lucubratoriâ recipiebat, antea est benedictionis. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos grimaltis usus, aut gestatus sedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lecto gestantur, ut Antyllus, Aetius, & Avicenna memorias mandarunt, qui lethargica febris, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica venarum, hydropici, secundâ Tralliani sententiam, epoplectici, resoluti, asphyctici, ac podagrici. siquidem hæc commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam et pulboni apti efficit, prodest subinde talis gestatio illis, qui diuturnam imbecillitatem laborant, qui elletorâ sumperunt itemque vigilantiâ aut segnitie, & pigritie quadam oppressis, necnon iis, quibus cunctis in modum appetitus

loci citat.

lib. 8. c. 3.

B intestus est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterâ sedentes in lectica, sive Aetium, portari debent, qui in integrâ febrium declinatione consistunt, eandem ratione, & illi, qui alias exercitationes obtine nequeunt, qui diuturno aliquo, & levi morbo impliciti sunt, qui, ut adhuc imbecilles sint, vires restituere cupiunt, qui tardè alimurâ conficiunt. Ex quo prudenter sentit Cornelius Celsus phantâsiâ astringere nequeunt, lectica totâ corpora dimouenda consulit, quem admodum Alexander Trallianus, si quid aliud huiusmodi gestationis & naui, & lectica factas, hydropicos iuvare scripsit. In sella, qui summam vocare maluit eloquentissimus Celsus, gestatio facta, tametsi apud antiquos sæpe numero, cû lectica cõfusa, atque eadem invenitur, nihilominus in duobus ab illa diversam existisse puto: primo, quia lectica duorum hominû capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi

lib. 2. c. 16.

C Neronem cû matre in lectica quandoque vehi solitû scribit, quod minime de sella (ut fallor) legitur, secundo, quia lectica interdû sex viris, interdû octo, interdum pluribus gestabatur. sella autem tamq̃ brevior, & unius daturæ: capax a paucioribus gestantur, ac similis videtur. Neque enim ullam inter se maiorem differentiam temporibus, moxus sella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̃q̃ altera a duobus, altera ut plurimum gestatur, uniusq̃ daturæ capax est, altera a iumentis portatur, & duos continere valet. In sella sani gestabatur, delectari potius, & maiestatis ostentandæ, q̃ valetudinis gratia: q̃q̃ Plinius in Roma necesse, ut etiam inter eundem studiis uteretur, ipsius Neros tradit. Celsus hæc sellarem, & simul lecticarem gestationem coniungit, & in portu, vel fluminibus acta vehementiorem facit. Porro si de lectica iusmodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quâ

lib. 2. c. 16.

tota

Lib. 2. chr.
cap ult.
Oribasius
loco citato

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora urget. q. si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iacentur, modo vires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtificis cōsuluit, quandoquidē gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febre magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatē perueniunt, uel quorum longa admodū remissio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralyfi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nostuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuiente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nōdū quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendū est, ne crescentib. crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atq. illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus.

Cap. XI.



Ut primus lectulos pēfiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est: tum ut blādo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiā, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiore reddiderunt; q̄q̄ grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tātummodo administrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cum aeger refurgit, ipsum lecti motu concutiendū praecepisse inueniatur. Verumenim uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiā si nil aliud deficiat, p multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cōceditur) hanc gestationem tā ante cibum, q̄a cibo prodesse dixit Antyllus. nā primo febricitantes, aut diuturno morbo decūbētes, in quo corpora cōsumpta sese erigere non

Loco citato.

A non ita ualent, aut Elleborum sumētes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatū est: deinde in his, qui nires a febrili affectione recolligere incipiunt, nec non in lethargicis, & in appetētia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phthisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā censuerūt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauiamus: & ideo ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus mon-

Aetius lib.
3. cap. 6.

loco citato
lib. 2. ad
Timo c. 2.

lib. 3. c. 12.

B luit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenum Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarū reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomē usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recensetur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicuius mēbri resolutionem patiūtur.

loco citato

lib. 1. sen 3.
doct. 2. c. 2.
1. de tuca.
ual.

C quin, si talis gestatio suauius administretur, praeter somni iucunditatē q̄ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitū mouet, & naturam sopitā exsuscitat. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̄ ceterarum omnium lenissimam fecit Cornelius Cel. sed & huius quā plurima inueniūtur discrimina: siquidem non parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniam ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationē magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia existit in fluminibus nauigatio, nepe quae auctore Plutarcho timoribus

loco citato

14. partic.
prob. 11. &
12.

bus

- in probl.
nat. bus carens nauseam ullo pacto nō cōmoueat. uerūtamen tam haec, D
lib. 1. c. 1. q̄ illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affecto incongruae a
Coelio Aurel. iudicantur, q̄ humectātes caput terrena exhalatione
infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestan-
tior creditur, quoniā mari semper uapores sicci, & calidi educūtur,
qui latenter, ac sensim nauigantium corpora recludunt, nec non sal-
sae proprietatis causa excrementa absumūt, atq. hominum habitus
quadam facili mutatione reficiunt, & ideo huiusmodi exercita-
tio in cūctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, &
priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capi-
tis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in pthisi, in ictē-
ria, in hydropisi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie com-
mendatur. In phtisi nāq. praestantissimum remediū nauigationem
lib. 18. c. 4. semper a Maioribus habitam fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ra- E
lib. 31. c. 6. tione phtisicos Aegyptū petere cōsueuisse refert, quo cū Annaeus
epist. lib. 5. Gallio post consulatū iam fere phtisicus, & Zosimus Plinij nepotis
cap. 61. libertus sanguinis reiectione laborās profecti essent, ad sanitatem
restituti fuerunt: q̄q̄ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine fal-
so inscriptus in 1. de re medica lib. dicat phtisicis magis cōferre in sal-
tibus, ubi pīx nascitur, habitare, q̄ in mari nauigare. Porro ex mari-
timis nauigationibus lenissimā dixit Celsus eam, quae in portu effi-
citur, q̄ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiāli, & stagnali
improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauiga-
tio iucundissima habetur, de qua celebratum hoc prouerbiū nar-
rat Plutar. *πλοῦς μὴ δὲ ὡς γῆν, περὶ πατος δὲ ὁ ὡς θάλατταν*
1. Sympo. *ἡδιστος*. i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun- F
dissima. haec ex communi Auicennae, atque Actij sententia prae-
cipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigi-
ditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. secundum Coelium nō
paruū auxiliū praestat: quāuis enim a principio stomachum subuer-
tat, paullo post tamē assuefaciens illum sedat, quinimmo, ut dicebat
lib. 37. c. 6. Plinius, uomitiones illae instabili uolutatione commotae plurimis
morbis capitis, oculorū, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae
bibitur elleborum, medentur. Verum gestatio in alto mari peracta
reliquarū uehementissima existit, & mutationes plurimas, atq. ma-
ximas facit, nimirū cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia,
& spe, timore, atq. periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in
angustijs, & periculis uersantibus nauigantibus, quae simul omnia
lib. de cau. magnā uim habent, ut quoq. Plutar. cognouit, ingentes uomitus cō-
nat. citandi, ac consequenter omnē ueterē morbum profligādi: & pro-
inde

Ainde iure dixit Auicenna navigationem hanc ad extinguendas praedictas aegritudines efficaciorē esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in nauigatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cōcussionem affert: ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, quibus etiā gestatio in curribus conuenit; nisi q. hoc magis habet, q. in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterū quae turba to mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitū ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dū nauis a uento impellitur, uehementissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intensissimos habeat. Non si-
Blendū, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui-
 tam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσῃ βίωσις, ἀπαρτὰ τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστὶν ἀνία. id est, Et nauiga-
 tio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

Oribasius
lib. 6. c. 23.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gym-
 nastas exstitisse, maximeq. omnium ab antiquis in exi-
 stimatione habitam fuisse, q. homines e periculis maxi-
 mis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audē-
 dum fortiores, & animosiores redderet, iā satis monstrauius: ideo
 uires eius perquirere solum restat. Nam uarias hanc quoq. differē-
 tias habuisse reperio: siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte na-
 scentibus, aut in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis:
C si in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut stagnis: atq. hae omnes uel
 in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus,
 quas omnes calidas esse, & Aristotelis auctoritas & ratio, & experiē-
 tia demonstrant, peractam improbauit Antyllus, tāquam impleat,
 eam tamen in paralyticis curandis adiuuentum praestare, credidit
 Coelius Aurel. ita. f. administratam, ut patientibus partibus inflatae
 uesicae adiungantur, quo natandi laborem minuant. Quae porro in
 dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis
 inefficacior. quam obrem uitanda plerūq. est: quia, si in ea quis diu-
 tius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humidi-
 tatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus flu-
 uiales minores sanis corporibus noxas inferūt, potissimumq. ad in-
 ducendum somnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi scribit,

lib. 3. c. 14.

24. partic.
Prob.
lib. 6 c. 27.
lib. 1. c. 1.
& li. 5. c. 2.

-ter uncti

lib. 1. ferm.

Trans

Sacy. 1.

Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.

D

perniciossimae uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniā uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nō solum caput, uerū etiam uniuersum corpus contamināt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores. & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus lacione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephātiāsim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accommodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non sentiūt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. uerū tamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiā in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nō solum marinam natationem, sed qualemcūq. aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natātium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nō esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quā in fluuijs natari: propterea q. qui natat, sedulo aquae ad nitendo natat: adniti autem ad id firmitus possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendū ualidior, magis natātes adnitētes sibi sustinet. Est praeterea de quacūq. natatione animaduertēdū, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solū aestate adhibenda erit natatio, quando gracilē reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominēq. tandē iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natādo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cōmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis densatā habent. at ab ea caput offendi, uires quodā pacto eneruari, nemo negaret: q. alio etiā non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resolvere. Frigida q. intus calorē natium repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citā cōcoctio-

nem

23. partit.
Prob. 12.

lib. 31. c. 6.

A nem praestat: exuberantes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiā ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea ratione motus qua Hippoc. frigidā tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetium ad euitandū aestū frigidam natationem cōmendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequēter utatur neruos laedi, & interdum surditatē contrahi, quod Agathinus apud Oribasium confessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnasticā quidem medicā pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebātur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. p̄bauimus, siue ī piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines

B secur. dū opinionē nostrā habuerunt, alterū ut motu illo blādo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicq. mēbra copiosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo sese fruerentur: quādoquidē aqua mota, & praesertim balneorum suauis illa attrectatione singularem quandam delectationem affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sentētia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incūbant, pauca uerba faciam, tū quia fere sub nauigationē re ducitur, ut eadē repetere non sit opus: tū quia a medicis prope nullis eā in usu habitā esse cōstat: nisi q̄ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationē nullam calorē natium augere credendum est, cū & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quoniam intus frigent, extra uero quasi aduruntur: habēt. n. qui in mari piscantur hanc praecipuam cōmoditatē, q̄ eorū corpora ualde exiccātur, & propterea minime omnīū corruptionib. subiiciūtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cōsumiturq. ut magna cū ratiōe scripserit Gal. piscatorū habitus duos, ac siccos esse, eorūne ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forēt. Quod uero scripsit Suet. Augustū interdū hamo piscari cōsueuisse, id potius animi laxādi causa, quā ualeitudinis gratia ab eo agebatur.

cap. 14.

7. de legib.
in sophista
lib. 3. c. 13.

loco citato

sect. 38.
prob. 2.1. de simp.
med.
6. d comp.
med. c. 1.
In vita Aug.
gulti. c. 83.*De uenationis conditionibus.**Cap. XIII.*

Nenationis exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud solum inter ipsas discriminē posuisse uidetur, q̄ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dūtaxat, atq. diuitibus exer

libro 2. de
sa uae pi-
lae ludo.

ceri

1. d. tu. val.
cap. 8.

in 3 com.
trac. 13. c. 2.
Lib de pu.
epil.
com. 115.

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsā tēpestāte, atq. etiā in aliqua **D**
 uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maio
 re eius parte secus rem sese habere cōpertum est, quando saepenu-
 mero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumētis rusticos,
 atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōspicimus. ut hac
 ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucio-
 rib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal.
 uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit,
 recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non
 absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū
 in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes,
 saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi
 consequens est eā his facultatib. praeditā esse, q. corpora uehemen-
 ter calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes mi-
 nuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, cru-
 disue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū
 ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias faculta-
 tes illud esse uerum existimare debemus, q. Razes Arabs auctor gra-
 uissimus ex Gal. sententia memoriae mādauit, uidelicet in quadam
 peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā
 exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus
 exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi la-
 bor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat, maxime,
 si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud
 illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenatio-
 nis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tam-
 quam in his solis tota uenandi ad sanitatem, aut aegritudinem per-
 tinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nām sciūt
 omnes, quālibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue
 arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut
 pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat
 mihi appellare) uenationē exercētes, cū modo currentib. equis, mo-
 do gradientib. agātur, modo uociferare, modo quiescere cogātur,
 omnib. partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione
 crediderūt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq.
 crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter of-
 fenditur, quibus fractiōnis uenarum in pectore periculū imminet,
 quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile,
 aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis
 habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit. siquidē multos uidere
 licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudenter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus.

Lib. 12.

*Parcius utaris monco rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.
Saepesatisfecit praedae uenator, & acris
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Site delectant animosa pericula Tuscis,
Tutior est virtus, insidiemur apris.
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.*

B

Porro uenatio pedestris eadem fere comoda, & incomoda in equestri reperta continet, nisi quod, dum cursibus, ac saltibus. seras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoque uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respondit, ipsi desuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, quod uehementior existat, senibus, aut debilibus accommodata

Seneca in
tragoed.

C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes fortiti sint, qui optime ualeant. ut non absque iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatem suam uenationi, quam ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaque omnibus hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataque sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secundum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullum & casu quodam, ut plerumque fit, uenationi operam nauet. Quicumque enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

lib. 1. c. 1. 7
epist. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D
possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis,
quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exerci-
tatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem
non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum
capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualeitudi-
ni nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi
fortasse minus offendant, neq. tamen ipsum noxa penitus caret, quan-
do praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usq. adeo
prae fame exsaturantur, ut uentriculum in cōcoquendo mirum in
modum fatigent, sicq. & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.

HIERONYMI MERCVRIALIS

sex artis Gymnasticæ librorum elenchus,
quorum primus liber continet.



E principijs Medicinæ

Caput primum.

De conseruatione parti-
bus, & quid tractan-
dum. cap. 2.

Quid sit gymnastica, et quotuplex. c. 3.

De gymnastica subiecto, & eius lau-
dibus cap. 4.

Quo tempore, & quo pacto cæperit
Gymnastica cap. 5.

De Gymnasticis antiquorum cap. 6.

De varijs hominum generibus, quæ in
gymnasia conueniebant cap. 7.

De gymnasiarum diuersis partibus. c. 8.

De palaestra, & alijs gymnasij parti-
bus cap. 9.

De balneis gymnasiarum, atque etiam
de stadio cap. 10.

De accubitus in cæna antiquorum, &
semel duntaxat in die cenandi con-
suetudinis origine cap. 11.

De auctoribus gymnasticæ, & gym-
nasiarum ministris cap. 12.

De trium gymnasticæ specierum disse-
rentijs: bellica, legitima siue medica,
& vitiosa seu athletica cap. 13.

De vitiosa gymnastica, siue Athleti-
ca cap. 14.

De viuendi Athletarum ratione. ca. 15.

LIBER SECVNDVS.

*Q*uid sit exercitatio, & quò dif-
ferat à labore, & motu. cap. 1.

De gymnasticæ medicæ diuisione. cap. 2.

De saltatoria cap. 3.

De sphaeristica cap. 4.

De pilæ ludo secundum latinos cap. 5.

De orchestica, siue tertia saltatoriæ par
Gymnastica

te

De fine saltationis, & de loco cap. 6.

De luctatoria cap. 7.

De pugilatu, & Pancratio, & Cæsti-
bus cap. 8.

De cursu cap. 9.

De saltu cap. 10.

De disco, & halteribus cap. 11.

De iaculatione. cap. 12.

LIBER TERTIVS.

*D*e agendis, & de ratione præsen-
tis tractationis cap. 1.

De deambulatione cap. 2.

An erectum stare sit exercitatio ca. 3.

De pugnarum generibus cap. 4.

De nonnullis alijs exercitationum spe-
ciebus cap. 5.

De spiritus cobibitione cap. 6.

De vociferatione, & alijs vocis exer-
citationibus cap. 7.

De Cricilasia, Trocho, & Pilamal-
leo cap. 8.

De equitatione cap. 9.

De curruli uestigatione cap. 10.

De gestatione in lectica, & sella. ca. 11.

De agitatione per lectos pensiles, et per
cunas facta, & de Scimpodio. ca. 12.

De navigatione, & piscatione. cap. 13.

De natatione cap. 14.

De venatione cap. 15.

LIBER QVARTVS.

*D*e ratione agendorum, & de exer-
citationis visu cap. 1.

Confutatio opinionis eorum, qui exer-
citationem in sanis damnabant: &

2 de exercendi necessitate, atque com-
 moditate cap. 2.
 Improbatio eorum qui omnes homines
 exerceri debere sentiebant cap. 3.
 Redarguuntur qui assuetos solum exer-
 cere volebant cap. 4.
 De exercitationum differentiis cap. 5.
 De corporum morborum, & sanitatis
 generibus cap. 6.
 An corpora ægra ullo pacto exerceri
 conueniat cap. 7.
 De corporibus valetudinarijs, & seni-
 libus exercendis cap. 8.
 De corporibus sanis exercendis ca. 9.
 De locis in quibus exercitationes fieri
 debent cap. 10.
 De tempore exercitationibus apto
 cap. 11.
 Quanta fieri debet exercitatio cap. 12.
 De modo exercendi cap. 13.

LIBER QVINTVS.

DE ordine agendorum, & de non-
 nullis scitu dignis cap. 1.
 De singularum exercitationis differen-
 tiarum effectibus cap. 2.
 De saltatoriæ effectibus cap. 3.
 De ludorum pilæ effectibus cap. 4.
 De luctæ commoditatibus, & incommo-
 ditatibus cap. 5.
 De pugilatus, Pancratij, & Cæstum
 facultatibus cap. 6.
 De cursus natura cap. 7.
 Quid præstet saltus cap. 8.

De halterum conditionibus ca. 9.
 De disci, atque iaculationis effectibus
 cap. 10.
 De deambulationum qualitatibus ca-
 put. 11.
 Iterum de deambulationum qualitati-
 bus cap. 12.

LIBER SEXTVS.

QUOS erectum stare effectus pariat
 cap. 1.
 De pugnarum effectibus cap. 2.
 De quarundā aliarum exercitationum
 qualitatibus cap. 3.
 De spiritus cohibitionis facultatibus
 cap. 4.
 De vocis exercitationum facultatibus,
 & primo de vociferatione, & can-
 tu cap. 5.
 De lectionis, sermonis, risus, & fletus
 qualitatibus cap. 6.
 De Cricilixæ, Trochi, & Pilamallei
 qualitatibus cap. 7.
 De equitationis facultatibus cap. 8.
 De gestationum in vniuersum viribus
 cap. 9.
 De gestationum in vehiculo, lectica, at-
 que sella particularibus viribus
 cap. 10.
 De lecti pensilis, cunarū, ac nauis ge-
 stationum facultatibus ca. 11.
 De natationis, & piscationis effecti-
 bus cap. 12.
 De venationis conditionibus cap. 13.

ERRATA SIC CORRIGITO.

- fo. 14 linea 3 a fine laberesque lege laberesque
 15 linea 19 sine Elidie lege in Elide.
 15 linea vlt. equirendi lege acquirēdi.
 17 linea 4 exercitandam lege excitandam
 18 linea 6 iter, lege inter.
 18 linea 12 scribat lege feribit.
 19 linea 11 propiugeum lege propiugeum
 20 linea 4 a fine caldam lege calidā.
 24 linea 9 Foriceum lege Coriceū.
 26 linea 22 fabricabatur lege fricabatur.
 33 linea 26 Maecenatem lege Maccenatem.
 34 linea 5 olei lege olet.
 34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.
 38 linea 24 Albero lege Abero.
 42 linea 11 decimum lege decimi
 44 linea 17 calda lege calida.
 51 19 litore lege littore.
 52 linea 12 saepio lege septio.
 63 linea 11 a fine piliteripi lege piliteripi.
 63 linea 5 a fine pedierepos lege pedierepos.
 65 linea 15 a fine fornicator lege fornicator.
 67 linea 7 militaris lege militari.
 73 15 a fine persicasse, lege persicasse.
 73 6 a fine fere lege ferre.
 75 2 victu lege victum
 75 21 obtinuerint lege abstinerint.
 80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, utrum quod a nullo.
 83 linea 8 a fine sphaeristrica lege sphaeristica.
 84 linea 25 immiscebat haerebat, lege immiscebant haerebant.
 94 linea 2 c in lege & in
 108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus
 126 linea 4 a fine Arataeus lege Arataeus.
 115 in margine Pliacorū lege Eliaiorū.
 135 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam
 141 linea 9 incidentibus lege incidentibus.
 143 linea 10 sanguine lege sanguinem.
 149 18 excitati lege exercitati.
 154 9 perspirabilemque lege perspirabileque.
 158 19 a fine rectores lege rhetores
 158 16 a fine litora, lege littora.
 169 linea 7 quālibet lege quorumlibet
 173 19 studerunt lege studuerūt.
 186 17 a fine qua, lege quae.
 187 linea 23 corpori lege corporis.
 224 linea 5 quodcunque, exercitationes lege quodcunque post exercitationes
 230 F defecto lege defectu.
 231 linea 18 quo lege quem.
 232 21 remunitores le, reūtores.
 238 18 viuendi lege videndi
 249 linea vltima siq. lege siq.
 255 22 Theophaustus lege Theophrastus.
 256 linea 2 satisfacere lege satiscere
 255 linea 5 a fine salteribus lege Halteribus.
 261 linea 3 a fine nocce lege nocet.
 262 linea 7 a fine afficiūt lege efficiūt.
 279 linea 18 a fine Auēroar lege Auenzoar
 288 linea prima patere lege petere
 290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candide Lector erratum esse in ichnographia secunda palestrae oblongae, cum sculptor eam minime seruauerit in platanone, & secunda, ac tertia porticibus extra palestram longitudinem, quam ratio proportionis postulat, & quam ipsi descriperamus.

INDEX LOCUPLETISSIMVS

RERVM OMNIVM MEMORABILIVM,

QVÆ IN HOC OPERE

continentur.

A



- A**ries est materia entrib⁹ faciendis apta. 171. a
 Abrahā v⁹ De⁹ ab Alex. Se. colebatur 181. d
 Academia Platonis. 181. e
 Accubitus consuetudo vnde manarit 183. a. b
 Accubitus viro⁹ forma qualis fuit. 183. e
 & deinceps
 Accumbentium numerus quis esset. 184. d
 Accumbentium imago 185
 Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 111. c. 130. f
 Acidū rustitās vociferatione iuuant 181. c
 Adulescentes cur ad gymnasia accedebant. 26. d
 Adorantes credi ex lege stabant 118. f
 Ager nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205. c
 Aegrotū priscis temporibus palām exponebantur, & qua de causa 1. c
 Aegyptus, Homero autore, multas herbas, ac medicamenta habuit 1. b
 Aere est extrinsec⁹ corpori accidēt⁹. 6. f
 Aetas in exercitatione est cōsiderāda. 111. f
 Aglaïtades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodesse. 161. b. 188. d
 Agonistarcha quis fuerit 61. a
 Albati erant vna factio Romana 168. e
 Aldus Manuti⁹ iuuenis eruditissim⁹. 178. d
 Alexander Seuerus Imperat. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 181. d. ad maiorū effigies sacra faciebat. ibidem
 Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectio- nes quę fuerint. 181. f. idem balnea viro- rum ac mulierum separauit 180. d
 Alexand. Seuerus Imp. serē semper frigida lauauit utebatur, raro calida 39. c
 Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos cur su exerceri 115. c
 Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134. f
 Alexander Seuerus Imp. qua victu ratio- ne, Lampidio auctore, utebatur 215. a
 Alexander Macedonum Rex quid ante ci- bi sumptionem ageret 114. c
 Alexander propter ceris vulnus lectica in militari expeditione utebatur 198. f
 Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63. c
 Alipia quis nam esset 63. a
 Aloyus Mocenicus Frācis F. laudat. 19. c
 Ambulationes quęnam secundum Aristo. sint faciliores 217. c
 Ambulationes tum ascēdēdo tum descēden- do factę qua de causa laudentur. 264. d
 Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu facta a Cello prefertur 261. a
 Ambulatio subdialis multas habet spe- cies ibidem
 Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipi- tur ibidem
 Ambulatio sub Sole minus laedit, quā itatio, & qua de causa ex Aristot. senten- tia 266. f. 171. a. 271. e
 Ambulatio in vmbra facta, quānam sit bona ibidem
 Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile inducit, & cur 267. a
 Ambulatio epilepticis, & vertiginosis con- ueniens quę sit 267. b
 Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
 Ambulatio post cenā quā cōueniat. 267. c
 Ambulationis matutina, & vespertina eff- cētus qui sint ibidem
 Amycus Bibrictorum Rex celtu claruit, & fuita Polluce interfectus 110. f
 Ammon apud Oui. celtu valuit 111. a
 Andreas Baulius vir multę doctrinę. 34. a
 Andreas Palladi⁹ Architect⁹ peritissim⁹. 19. e
 Angina laborātes lucam effugiant. 145. e
 Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13. a
 Anneus Gallio sanguinem expuens nau- gatione sanus factus est 179. b
 Anteus secundum Platonem fuit lucia- tionis artis auctor 105. a
 Antio-

Antiochus medicus quo exercitio vte-
 ritur 110. e. f
 Antioch^{us} medic^{us} vehiculo gestabat^{ur}. 197. b
 Antiq^{ui} bis in die an semel saturarent^{ur}. 52. f
 Antiquior^{um} mos vinciedi tpa in cena. 57. a
 Antiqui in stratis cenabant 53. a
 Antiqui omnes voluptates in conuiujs ex-
 cogitarunt 58. e
 Antiquor^{um} studi^{um} in cibis ac poribus deli-
 catisimis cōquiritendis magnū fuit 58. e
 Antiquorum scripta quonam modo in-
 terierunt 161. c
 Antiquorum maior pars mane vel nihil,
 vel exiguum quid sumebat 125. c
 Antiquorum maior pars in vespere solum
 saturabatur 136. e
 Antonius Pius Imp. balneum populo sine
 mercede constituit. 48. d
 Apodyterium in palestra quid fuerit. 29. c
 Apodyterium in balneo quid esset 40. f
 Apollini cur Athenienses gymnasium con-
 secrarunt 8. d
 Apollo iaculationis & medicinæ Deus ab
 antiquis indicatus 130. f
 Apollo iaculationi ab antiquis est præpo-
 situs, & quare 258. e
 Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. cole-
 batur 182. d
 Apoplectici Tral. sententia lectica vti pos-
 sunt, & qua de causa 199
 Aponaxis quid 85. c
 Apoptemata in pectore rupta habentes vo-
 ciferatione iuuantur 181. c
 Apricari quid faciat 140. d
 Apuleius Celsus in Sicilia quendam aca-
 nerabido morsum curauit 4. e
 Aquæ formido, Pompeio viuentē, primo
 se nobis manifestauit 4. e
 Aquis medicatis etiam utebantur in laua-
 tione ad voluptatem 47. a
 Aqua eff^{icitur} ex extrinsecus corpori accidenti-
 bus 6. f
 Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt
 Aristot. auctore 303. c
 Aquarium quid esset 43. a
 Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 292. f
 Archimedes sæpe figuras mathematicas in
 corpore vincto designabat 32. d
 Aristorelis sententia de gymnastica & pæ-
 dotribica 10. d
 Aristote. sentētia de arte gymnastica 13. a
 Aristot. sentētia de motu post cibū 122. a
 Ars gymnastica, Gale. sentētia, est maxima
 pars facultatis conseruatricis 7. b
 Gymnastica.

Ars gymnastica qb^{us} nā reb^{us} perficiat^{ur}. ibid^e
 Ars gymnastica quomodo scientia a Ga-
 leno vocetur 10. d
 Ars Gymnastica quid nā circa corpus hu-
 manum operetur 12. f
 Ars gymnastica ad bonum corporis
 tum acquirendū, ac sanitatē cōseruandā
 maxime pdest multorū testimonio 13. a
 Ars gymnastica homini est naturalis 13. c.
 Ars gymnastica quo tpe inceperit 11 b. c. d
 & quomodo ordinem ac regulas acce-
 perit 15. c. 62. f.
 Ars conseruatoria qualitate, quantitate, oc-
 casioneq^{ue} perficitur 7. a
 Ars medica qua ratione coniecturalis effi-
 citur & quasi incerta 126. f
 Artis Gymnasticæ diffinitio. 10. f & 139. c
 Artis Gymnasticæ finis 10. f
 Artis gymnasticæ apud antiquos exitima-
 tio 11. a
 Arthriticos deambulatio lenis, & remissa
 iuuat, & vehemens lædit 241. c
 Arthriticos gestatione curabat Asclepia-
 des 196. f
 Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua
 de causa 305. a
 Æsculapius Epidaurius multum artem
 medicam illustrauit 1. c
 Æsculapius sanis postpositis, solis morbo-
 sis, ac languentibus opem ferebat 1. c
 Æsculapius iaculationis & medicinæ Deus
 ab antiquis iudicatus 130. f
 Æsculapius venatione summopere dele-
 ctabatur 185. c
 Æsculapius ab antiq^{uis} iaculationi est præ-
 positus, & quare 258. e
 Asclepiades Prusienis orator, & medicus
 clarus 51. c
 Asclepiades per inediā trium aut quatuor
 dierum multos affectus curabat 193. c
 Asclepiades infirma corpora variis exerci-
 tationibus molestabat, vt hominū fauo-
 rem aucuparetur 205. b. 235. b
 Asclepiades Prusienis lectis, & balneis pñi-
 lib^{us} in ægris curadis utebat^{ur}. 176. f. 300. f
 Asclepiadem Soranus reprehendit, q^{ui} phre-
 neticos catu curare profitebatur. 184. d
 Asla iu balneo quid esset 41. a
 Athmaticis cursu vestibus laneis facto
 Theodorus Priscianus curabat. 253. a
 Cælius Aureli. spiritu retento. 179. c &
 vociferatione. 181. c Asclepiades gesta-
 tione 196. c
 Athenarum quis locus fuerit. 18. f

Athenienses cur Apollini gymnasium cō-
secrarunt 8.d
Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inuenerunt 18.e
Athenienses iuuenes quid agerent, vt in-
trepidi ad vulnera fierent 144.e
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d
Athletæ simplici nomine dicti q̄ sunt. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletæ quo nomine à Plato. vocetur. 69.b
Athletarū victus ratio, quæ esset 72.e
Athletæ cur pallidi fiant post labores ex
Aristo. sententia 74.e
Athletæ à Venere prorsus abstinerunt. 75.b
Athletarum egritudines secundū Gal. 76.d
Athlet. gymnastica saltationes habuit. 83.a
Athletæ ambulationib⁹ nō vtebant. 135.b
Athletæ aduersus palū se exercebāt. 145.a
Athletæ ex spiritus cohibitione nō parum
auxilij capiebant 154.d
Athletæ statim post exercitationem potū
vitabant, & qua de causā 214.d
Athletæ frequentissime vtebantur pugil-
latu, lucta, & Pancratio 248.d
Athletæ ostentationis etiam gratia spiritum
retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberan-
tur 281.c
Atrophiam gestatione curabant Theodo-
ros Priscianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo stupore Ætius gestatio-
ne curabat 298.e
Author huius operis cur de gymnasijs scri-
bere sibi proposuerit 7.a
Auditus spiritu retento melior fit 279.b
Aues in aere stare apparatus an aliquo mo-
do moueantur 137.a.b
Auerrois sententia de ijs qui exercitationem
dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui censuit mor-
bosa corpora quotidie ad sudoris ini-
tium esse exercenda 209.e
Aug. Imp. lege fanciuit, vt milites educe-
rentur ambulatum in mense 135.c
Aug. Imp. scimpodio qūq; vtebatur. 177.c
Augustus Imp. solle se exercebat, & qua
de causā 242.f
Aug. Imp. in fine deambulationis subul-
tim currere videbatur & qua de cā. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure sini-
stro laborās ambulatione in harena ma-
ximè profunda se exercebat, & quō. 264.f

Aug. Imp. post cœnam lectica lucubrato-
ria utebatur 299.a
Aurelianus Imperat. thermas hyemales in
translyberina regione fecit 206.f
Aurium dolore vexatos gestatione Gale.
Tral. & Ætius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmō, ilice, & fraxino
fiunt. 171.a

B

Balista quale instrumentū fuit. 130.e
Balneum gymnasiorum 38.e
Balneū loca p̄stituentia quēnā essent. 39.b
Balneis inferuentia quē nam essent 39.b
Balneorū situs fm Vitruuij sententiā. 43.b
Balneorū aer extrinsec⁹ & intrinsec⁹. ibidē.
Balnea multum calida Gal. tempore in de-
suetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immo-
bilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui
diuersā ratione vtebantur 47.b
Balneum res quadrataria cur vocetur. 47.c
Balnearum hora quē fuerit 50.f
Balnea semper ante solis occasum claudēbā-
tur, nec vnq̄ ante auroram aperiebātur
ante Alex. Seueri Imp. tempora 50.f
Balneis pensilibus Asclepiades in ægris cu-
randis utebatur. 176. f.d. à Sergio Ora-
ta sunt inuenta 177.a
Baptisterium in balneo quid esset 39.c
Bellorophon fuit equitationis inuētor. 167.c
Bigis Plato animas assimilauit 171.c
Bigæ in pub. facis frequentissimè certaue-
runt ibidem
Blandi Forliuensis error de thermis 19.b
Botulajij ī gymnasijs botulos vdebat. 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit,
quodammodo conuelli videntur. 255.b
Brachia discus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. celtu valuit. 111.a
Budaëus fallitur 17.a
Budei error 145.b
Budeus defensio a Cornario. 119.a

C

Cæceticos natio maritima iuuat.
304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo
indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2.f
Calicerates armatus currēdo bis vicit. 116.e
Callimachus statuarius cacirotecnus cur
sit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid esset 47.a
Calor

I N D E X

- Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudinem excrementorum, fit robustior 192. f
- Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato exstringitur 206. f
- Calor nimius exercitationes prohibet. 210. f
- Calor natiuus exercitatione est excitandus & qua de causa ibidem
- Calidi homines vel parū vel nihil exerceri debent, & qua de causa 214. e & 219. c
- Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182. f
- Canes rabidi in Sicilia plurimi sunt. 4. e
- Cātoribus spiritu retento petronęum rum pitur 284. e
- Cātus exprimit rerum similitudines. 9. b. e
- Cantus a vociferatione differt 283. b
- Capita detecta, a sole multum lęduntur, & qua de causa 272. e
- Capite cooperto antiq. sacrificabāt. 139. b
- Capite malę affectos ex Antylli sententia multa deambulatio iuuat. 262. e. itē deambulatio facta calcibus incumbendo 263. a
- Capitis grauitate laborantes post motum leniter factum leniātur, post cursum magis laborant ex Cassij medici sententia vnde fiat 251. b. c
- Capitis dolorem inueteratū Aretęus manuum gesticulatione curabat 240. d
- Capitis circinuationes vertigines pariunt. 242. d
- Capitis dolorē lęcta iugi & magistro adhibito facta Cęl. Aurelianus curabat. 245. a & tali dolore laborantes currere vestitos iubebat. 253. a. & deambulare. 261. a
- Capiti male affecto vociferatio obest 282. e
- Capitis dolore laborātes vehiculo per longam viam Cęl. Aureli. vehi debere iudi cauit, & qua de causa 297. c
- Caput debile lędit saltatio 240. e
- Caput dolens baltere lędit 256. f
- Caput lęditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262. e
- Caput maiores nostri ferē nunquam tegebant 272. e
- Carcere detenti qua exercitatione pollint vti 194. e
- Carnes exercitatorū casco iam coagulato: non exercitatorum velō casco nondum bene coagulato comparat Gale. 194. e
- Carnis multitudinē deambulatio aufert 261. a
- Carnis multitudo qua ratione a Cęlio Aureliano minuatur 277. a
- Carnis multitudinem gestatio Cęl. Aureliano authore, remouet 298. e
- Cassius iatrofophista Romę Cornel. Celsi atate medicinā summa cum laude exercuit 251. b
- Cachecticis vociferatio subuenit 281. c
- Celtę post cęnam pugna vmbratili se exercebant 14. c
- Celum meridianum quale sit ex Vitru. sententia 219. a
- Cęnę initio veteres atctius accumbebant satiati ~~et ita ad;~~ vertebantur. 51. f
- Cęnatori antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frontem & tempora vinciebant, & cur. 55. a
- Cęnę p̄suetudo apud antiquos. 52. f. & ifra
- Cęnę hora cur vespertina sit data 59. a
- Centauri quinam sint dicti 167. c
- Cera digitis emolliēda arthriticis dat. 128. e
- Cercio secundum Platonem fuit luctatorię artis auctor 105. a
- Certamina quomodo inceperint 14. d
- Cestiphori in gymnasio se exercebāt 110. e
- Cestuum exercitatio 110. d 248. e
- Cęsar scripsit, non frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136. f
- Cęf. Augn. exercitationis causa aliquando castus. 111. piscabatur. 181. c. 305. c
- Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47. b
- Chiron venatione summopere delectabatur 185. c
- Chorea saltationis nomen vnde sit ortum. 101. b. c
- CH R I S T V S vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182. d
- Cibi necessitas, vnde nam pueniat. 192. d
- Cibi superfluitates necesse est, vt ē corpore effluant 192. e
- Cibi prauū non lędunt eos, qui multum exercent, & qua de causa. 193. b
- Cibis masculucci videntes homines quomodo se habeant 199. c
- Cibi cōcoctio quomodo cognoscit. 223. b
- Cubistica est prima species saltationis. 82. d. 219. c
- Ciborum satietas vitari debet 192. f
- Ciborum in appetentia laborantes lectus penilis iuuat. 301. a
- Cibos fastidieates vociferatione iuuantur 281. c

I N D E X

- Cibus post exercitationem nō statim debet assumi, & qua de causa 213. c
- Cinadi vnde dicta veteribus 101. a
- Cyrus Persarum Rex corporis labores magnopere æstimauit 8. d
- Citus erat vehiculi species 108. e
- Claudius Cæf. vehiculo vndique lecto primus, & quando est vsus 172. f
- Claudus Impe. Harpocris liberto suo concessit, vt per vrbē lectica vehi posset. 174. f
- Claudus secundū Platonem quis sit. 13. a
- Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe. tempore floruit 49. c
- Clemēs Alex. ipe Gal. Romę floruit. 105. b
- Clitomachus Cartaginiensis fuit nouæ Academicę sectator clarus 75. a
- Clytiacos manuum gestticatione curabat Aretæus 240. d. & vociferatione. 281. c & exercitatione inter myrtos, lauros, & thymum facta 196. f
- Coitu vsuri vespere non cœnabant 51. f
- Coitus quosdā lædit, quosdā iuuat. 196. e
- Colicos Ætio autho. lectō alta iuuat 185. b
- Colicos pilæ lusu. Cæli Aureli. curabat. 243. b. & cursu. 248. e. & deambulatione. 261. a & spiritu recto. 278. f. Asclepiades gesttatione 296. f
- Com. Impe. filius in palæstra in ægritudine incidit 29. a. 245. b
- Cōmod⁹ Impe. iaculatione excelluit 131. a. b
- Comitiales luctam vitare debent. 246. e
- Concamerata sudatio in palæstra vbi nam erat. 20. f
- Concoctionem impedit exercitatio ex Erasistrati sententia 191. b. c.
- Cōcoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatē facta multum inuatur. 191. f
- Concoquentes difficulter vociferatione iuuantur 281. c
- Conisteriū ī palæstra vbi nā erat. 20. f. 34. e
- Conseruatiua medicinę pars à quibusdā sola digna videt, vt noīe medicinę noīet. 5. c
- Conseruatiua medicinę pars à quibusdam in tres partes est diuisa. 6. e
- Conseruatiuam constituentia quatuor nominibus à medicis cōprehenduntur. 6. f
- Constantini Impe. tempore accipitres edoceri cœperunt 188. c
- Consuetudo magna ex parte conuenit naturę exercitati corporis 198. c. f
- Cōsuetudinē pmutates valde lædunt. ibid.
- Consuetudo mala quomodo ex Hip. sententia sit mutanda 200. d
- Cōsuetudo exercitiij quantū profit. 211. a
- Cōsuetudo in oībus est cōseruanda. 212. c
- Consuetudo in exercitatione consideranda est ibidem
- Cōtinui solutio quib⁹ rebus accidat. 208. e
- Continui solutioni nullum motus genus conuenit, & qua de causa ibidem
- Continui solutioni membrīs ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
- Cōualescētes vociferatione inuātur. 281. c
- Conuulsionib⁹ capiuntur, qui cursu cōcitato viuunt & quomodo hoc fiat. 252. e
- Cornarij lapsus. 118. f
- Cōniuis olim frigida, & calida a puero dabatur. 54. c. Cornibus boum prisci potabant 55. b
- Cor. Cæl. iubet, vt in antiquo laterum dolore victu athletico vtamur 76. e
- Corpus humanum quo pacto à diuersis disciplinis consideretur 12. c
- Corpus humanū quomodo est artis Gymnasticę subiectum ibidem
- Corpuscula à nostris corporibus continue effluunt 191. d
- Corporis habitus ab exercitatione cōseruatur 191. c
- Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 191. f
- Corporis membra per exercitationē firmitatem & robur acquirunt. ibidē. 194. d
- Corporis habitus ab ocio destruitur. 192. c 157. c
- Corporum tria genera à medicis considerantur, & quæ 204. d
- Corpora agra an aliquo pacto debeat exacerari 105. b
- Corpora sicca motibus leuibus & moderatis vt possunt 206. f
- Corporib⁹ calidis & siccis nullę immoderatę exercitatiōes pueniūt. 206. f. 115. b. 229. c
- Corporibus frigidis & siccis exercitationes remissę conueniunt. ibid. 115. c. 230. d
- Corpora, quorū vnū mēbrū intēperiem patitur, quomodo sunt exercenda. 107. a
- Corp⁹ nullū quauis intēperie laborās debet vehemēti exercitatione exerceri. 207. b
- Corpora ob malam formationē morbosa, quomodo sunt exercenda ibidem
- Corpora in numero morbosa exercitationibus vt possunt 208. d
- Corpora ægritudine in situ laborantia nullo exercitationis genere vt debent, & qua de causa ibidem
- Corpora valetudinaria quā sub se fm huius

- ius auctoris sententiā pnt cōtinere. 209. a
 Corpora senuum cur multa excrementa ge-
 nerent 210. d
 Corpora senuum quibus exercitationibus
 vti debeant 210. c
 Corporum sanorum differētiās multas an-
 tiqui medici constituerunt 211. c
 Corpus perfecta sanitate pręditum potius
 mente considerari potest, quā in ipsa
 inueniri. 212. d
 Corpora multa temperata in sua regione
 inueniri dixit Gal. ibidem
 Corpora communiter sana dicta excremen-
 ta quotidie generant, & ob id exercita-
 tionibus indigent ibidem
 Corpora frigida, vehementer & multum
 exerceri debent 214. f
 Corpora humida excrementis abundant,
 & ob hoc multa exercitatione indigent,
 ibidem 219. c
 Corpora humida à labore suffocari, hæc
 Aristot. sententia quomodo sit intelli-
 genda conciliator exponit ibidem
 Corpora in ætate potius, quā in hyeme
 sunt exercenda ex Aristot. sententiā 210. f
 Corpora quibus temporibus sint exercen-
 da, & locis 221. e
 Corpora calida & humida moderatis exer-
 citationibus indigent ibidem. & 229. e
 Corpora frigida & humida multis & ve-
 hementibus exercitationibus indigent.
 ibidem, & 230. d
 Corpora ab ijsdē, quādoq; læduntur, qñq;
 iuuantur, prout illis applicantur. 235. a
 Corporis carnositas multis exercitationi-
 bus remouetur 238. e
 Corpora indurata minus à sole calefiunt fm
 Aristot. sententiā, & qua de causa. 272. e
 Corpora luxata tum hominum tum qua-
 drupedum natādo in artus facillime re-
 stituuntur 304. f
 Coriceum in palæstra vbi nam erat. 10. f.
 & quid esset. 29. c. 87. b
 Corycus quid esset ex Anilli sententiā.
 86. e. 101. c. 242. d
 Cornarius corycum malē follem interpre-
 tatus est in Hip. conuersione 33. c
 Cornarius malē arguit Budæū. 118. & 119.
 Coxas debiles saltatio confirmat 240. e
 Coxis ex Hip. sententiā equitatio est ini-
 mica 293. a
 Craneum gymnasiū apud Corinthios. 18. f
 Crassi quando cibum debēt sumere. 123. c
 Crateri medici seruus horribili quodā mor-
 bi genere captus fuit, quo carnes ab os-
 sibus cadebant 5. a
 Cratin⁹ poeta cur saltator sit vocat⁹. 101. b
 Crepaturas patiētes saltū dēnt vitāf. 155. a
 & discū. 258. e. & spiritū retentū. 260. d
 quomodo fiant. 284. c. f
 Criptoporticis antiqui ad deambulādum
 utebantur, & qua de causa 261. a
 Crisilaxi forma ex Oribasio, quæ nata fue-
 rit 162. d. eius vtilitas 209. b
 Crito medicus Romæ sub Traiano flo-
 ruir 245. c
 Crudos pilæ lusus lædit 243. b
 Crura infirma saltatio corroborat 240. e
 Crurum vlcera hāltere Gal. curabat. 256. e
 Crustularij gymnasij crustavēdebāt. 64. e
 Cunis quomodo in ægris curādīs antiqui
 medici vterentur 178. e. 301. b
 Curatiua medicinæ pars ob necessitatem
 prius est inuenta, & à quibusdam impo-
 situra quædam dicitur 5. b. c
 Curæ sanum corpus conseruant 6. f
 Currēdi facultas à natura data est anima-
 libus 155. a
 Cursus certamen Elei instituerunt 115. c
 Currens ab ambulante quō differat 251. a
 Currentes hyeme magis rigent stantibus,
 & qua de causa 210. f
 Currentium spiritus anhelat 252. d
 Currīb⁹ faciēdis materia apta est abies. 171. a
 Curribus manu ductis febricitantes, vt in-
 quit Herodotus, utebantur & quantum
 spaciū perficerent 172. e
 Curribus oīs generis sani utebant. ibidē. f
 Curribus tectis principes utebantur potius,
 quā apertis antiquitus ibidem
 Curru tecto Plinius iunior propter oculo-
 rum infirmitatem utebatur ibidem
 Currus multa apud antiquos erāt genera,
 & quæ & quomodo similia, & dissimilia
 erant. 173. a
 Currulis vectatio ab Erichthonio est in-
 uenta 171. a
 Currulis vectatio apud mulieres Romanas
 in maximo honore habebatur 171. b
 Currulem vectationē Romani mulieribus
 abstulerūt, ob nimium luxū, postea illis
 restituerunt, & qua de causa ibidem
 Currulis vectatio apud gymnasticos alti-
 mata erat 171. c
 Currus duarum rotarum antiquitus erat
 in vsu 171. a
 Currus quatuor rotarum Phryges inuene-
 runt ibidem
 Currus

Currus sex rotarū Scythę inuenerūt. ibidē.
 Currus forma est varia $\frac{1}{2}$ dem.
 Currū certamē in ludos olympios quan-
 do sic inuectum 171. c
 Cursor qui sit ex Aristorelis sententia 70. d
 Cursus Gal. sentētia nō parū cōfert ad sani-
 tatē, & bonum habitum. 116. c. 249. b
 Cursus quis motus sit, 201. c. eius utilitas
 & damna 249. c & infra.
 Cursus tres sunt species ex Antylli senten-
 tia 116 f
 Cursus apud veteres Gręcos quid sit 217. b
 Cursus omnis febrientibus nocet 249 c
 Cursum pro vertiginosis curandis atq; epi-
 lepticis Areteus laudauit 250 d
 Cursus circularis effectus qui sunt & omni-
 no repudiari debet ibidem
 Cursus eos, qui fungos comederunt, & qui
 a scorpionibus icti sunt, iuuat 250. f
 Cursus quō renes lædat, & iuuat. ibidem
 Cursu non in puluere facto faucium inter-
 riorum exulceratio curatur. ibidem.
 Cursus pedes & crura iuuat ibidem
 Cursus qua de causa ex Atisto. sententia
 caput lædat 250. d
 Cursus à quibus vitari debet 252. d
 Cursus in posteriora factus quęnam auxi-
 lia ex Antylli sententia corporis parti-
 bus præstet 252. e
 Cursus per accliuia, & decliuia differen-
 tię 252. f
 Cursus corpore nudo factus quid effi-
 ciat. 253. a
 Cursus quo tpe magis sit faciendus. 253. b
 D
 Dares apud Verg. cestu valuit. 111. a
 Deambulationis utilitas. 133. c. 259.
 per totum caput.
 Deambulationib? loci apti qui sunt. 263. b
 Deambulatio multas habuit species. 135. c
 & infra. 259. c
 Deambulatione quādo vti debemus 260. d
 Deambulationis effectus qui sunt. ibidem
 Deambulatio mediocris est magis in vsu
 & quę sit ibidem
 Deambulatione pro infania, & asthma-
 turandis Cęl. Aureli. utebatur. 260. f
 Deambulatione pro ictericis curandis Ar-
 chigenes utebatur ibidem
 Deambulatio pauca quibusnam conue-
 niat 262. d
 Deambulatio extremis digitis facta lippie-
 tibus confert 263. a
 Deambulationum differentię à loco sum-

ptę quę sint 263. b. & earum utilitates,
 & nocumenta, ibidē & infra.
 Deambulatio tarda quibus cōueniat. 261. a
 Deambulatio quęnam sit, qua Hip. Auic.
 & Haly post cenam vtuntur 261. b
 Deambulatio febres auget. ibid.
 Deambulatio minorē saugationē in spitā
 di difficultate, q̄ pedib? stare affert. ibid
 Deambulatio vehemens corporis tremorem
 expellit. status discutit. ibid.
 Deambulatio salubrior quę sit ex Acume-
 ni medici sententia 217. a. & 264. c
 Demetrius Hermopolita, & eius laus. 60. c
 Demosthenes prope maris litus vocifera-
 batur. 158. c. & ascendendo orationes
 recitabat, & qua de causa. 263. c
 Diaulus cursus qui sit 116 c
 Dielestinda 152. f
 Diocles est dammandus, qui multos ægro-
 tos deambulationibus post cibum exer-
 cebat 223. a. 268. d
 Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spi-
 ritu retento curari dixit 280. d
 Dionysio syracusano cibus appositus non
 delectanti quid coquus responderit.
 187. c. 307. b
 Dioteus aduersarium vnctum & sine pul-
 uere superauit 33. b
 Dioxippus aduersarium vnctū, & sine pul-
 uere superauit ibidem
 Discus quot significat, & quę 123. a
 Disci exercitatioe loco purgationis, & phle-
 botomia, si quid impediat, vti possumus
 ex Gale. autoritate 257. c
 Discoboli 122
 Discus à iaculatione tum in iuuando tum
 in lædendo parum differt ibidem
 Discus ab haltere differt 258. d
 Dolentibus varius sermo subuenit. 283. b. c
 Dolichus cursus quis sit 116. c
 Domitianus Imper. iaculatione excelluit.
 131. b
 Domitianus Imp. locum pro vocis exerci-
 tatione instituit 158. c
 Dorsum discus corroborat 257. c
 Dorsum debile habentes erecti stare nō de-
 bent. & qua de causa 269. b
 Dracunculī circa crura & brachia multis cir-
 ca mare rubrum apparuerunt, & quid
 facerent 4. f
 Dropax

I N D E X

Dropax quid sit 213. c
Dubitationes duæ circa exercitationes or-
tæ soluuntur 102. f
Duellum à quo sit inuentum, & cui pugne
antiquorum generi respondeat 275. a

E

Elxothesium in palastra vbi nam ef-
set 11. d. 10. f
Elleborū qui sumpsertunt gestatione in le-
ctica facta iuuantur. 299. a. & in lectis
pensilibus 301. a
Elephantiasis Ægypto familiaris quo tem-
pore Italis innotuit 4. c
Elephanticos vsu coryci Aretæus curabat.
242. c. & vociferatione. 281. c. Celsus
deambulatione. 261. c. Asclepiades ge-
stitione 296. f
Elephaticos natatio mariūma iuuat. 304. d
Entellus apud Vergi. celsu valuit 111. a
Ephēbus Athenis serpentem pusillum, &
statim ambulante cū semine emisit. 5. a
Ephēbū in palastra vbi nā erat, & quan-
tum 20. f. 14. c
Epilepsia in solatione moderata secundum
methodicos curatur 271. c
Epilepsia gladiatoris iugulati sanguine epo-
to secundum quosdam curatur 275. b
Epilepsia spiritu retento Cēl. Aurel. autho-
re non curatur 280. d
Epilepsia quo pacto vociferatione cure-
tur 282. c
Epilepsia vehiculo per longam viam vehi
nō conducit Cēl. Aureli. auctor. 297. c
Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Æt. cu-
rabant ibidem
Epileptic. cursus vehemens ex Theod. Priscia
ni iusta liberat 250. e. & lōga & recta am-
bulatio ex Cēl. & cel. auctoritate. 262. c
Epilept. Aretæus curabat manuū gesticula-
tione 240. d. lēdit deambulatio. 161. a. c
Epilepticis Antyllo auctore natatio om-
nis obest 304. c
Episcyrus lusus quis 85
Equitatio an sit exercitatio. 79. a. est mot⁹
mixtus secundum Gale. 170. f. 292. d
Equitatio qd efficiat & eius inuētor. 167. c
semper in honore est habita ibi. & 170. d
eius vtilitates & damna 292. c. f
Equitatio succussante equo facta quid ef-
ficiat 293. b
Equitatio per alturcones equos facta quid
efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ ef-
fectus 193. c

Equitantes cur aliquando lachrymas emi-
tant 294. d
Equitatio an sit gestatio ibid.
Erasistrat⁹ missione sanguinis ē medicina
auferēdā, atq; etiam oēm exercitacionē
inuilem ad sanitatem iudicauit 191. b
Erasistrat⁹ rōnes, quatuor quib⁹ exercitacio-
nem inuile esse ad sanitatē dixit. ibid.
Erasistratus per inediā trium aut quatuor
dierum multos affectus curabat. 193. c
Erasistratus est dammandus, qui multos
agrotos deambulationibus post cibum
exercebat 223. a
Erasistrat⁹ rōnes soluuntur. ibid. & infra. c
Erasistratus malē à Cēlio reprehēditur, qui
paralyticos deambulatione in locis hare-
nolis facta exercendos iudicabat. 264. f
Erasmi error 154. f
Erectum stare an sit exercitatio. 136. f. vti-
litas & uocumenta 169
Erecti stantes quodā modo mouentur. 137. c
Erectum stare ante cibi sumptionem quo-
modo iuuat. 140. c. 169. c
Erectum stare multas habet differentias,
& vnde capiantur 169. c
Erectum stare post cibos sumptos quid
faciat 139. c. 107. c
Erichthonius currulem uestationem inue-
nit 171. a
Erysimachus medicus ad singultum curan-
dū spiritus cohibitione utebatur. 153. c
Esculēta tum cibi tum remedi; causa egro-
uis exhibentur 6. f
Euphorbus subē regis medicus, & Anto-
nius Musa fratres vsū aquæ frigidæ
post balnea calida monstrarunt. 47. b
Euripidis sententia de athletis 71. b c
Excrementa diuersis modis ē corporibus
auferuntur 190. f. & infra
Excrementa in corporibus detenta mul-
tas morborum species generant. 192. c.
196. d. 212. d. 214. d.
Excrementa ante exercitacionem ē corpo-
re expelli debent 223. a
Exercitationes corpus cōseruant sanū. 6. f
Exercitationes quomodo corpori sano vti-
litatem, Gale. & Auic. sententia, præ-
stent 7. c
Exercitati curā frigida lotionē aut potio-
ne lēdantur 223. c
Exercitationis diffinitio fm Gal. 77. b. fm
Auic. 78. a. fm Auer. & hūc authorē. f.
Exercitationis diuisio fm Platonem. 80. d. f
Exercitatio vtilissima quæ sit ex Gal. sen-
tentia

tentia 185.b
 Exercitationis dñæ vnde sumantur. 189.c
 Exercitationes opportune factę multorum
 errores corrigere possunt. 18.c. & multa
 bona præstare. 194.d. 197.a
 Exercitationis opiniones tres apud anti-
 quos fuerunt, & quæ 191.a
 Exercitationem omnem Erasistratus ad fa-
 nitatem inutilem iudicauit 191.b
 Exercitatio concoctionem impedit ex Era-
 strati sententia ibidem
 Exercitatio natium calorem, & humidū
 lædit, Erasistrati sententia, & per conse-
 quens sanitatem consumit ibidem
 Exercitationis necessitas, & utilitas. 191.d.e
 Exercitatio corporis habitū cōseruat. 192.e
 Exercitatio laborē coniunctū habet. 193.b
 Exercitatio calorem naturalē auget, vnde
 fit, vt ipse mediocritatē transeat. 194.d
 Exercitatio supfluos humores psumit. ibi.
 Exercitatio cunctis hominibus indifferen-
 ter cōuenit secundum quosdam. 195.b
 Exercitationibus homines naturaliter in-
 clinantur ibid. & 196.f
 Exercitatio sanitatem præstat ibidem
 Exercitatio excrementa expellit è corpo-
 re ibidem
 Exercitatio cunctis ante cibi sumptionem
 conuenit 195.c. 190.e
 Exercitatio quosdam lædit, quosdam iu-
 uat. 196.f
 Exercitatio assuetis conuenit, non autem
 inassuetis secundum quosdam 198.d
 Exercitationum tres sunt primæ differen-
 tiæ 200.c. 136.f
 Exercitatio præparatoria secundum Gale.
 quæ fit ibidem
 Exercitatione præparatoria quādo, & quo-
 modo vti debemus 200.f
 Exercitatio curatiua quæ fit, & quando ea
 vti debemus ibidem & 137.b
 Exercitatio simplex quæ fit, & eius spe-
 cies 201.a. 137.b
 Exercitatio eorum, qui vitam temperatam
 degunt, quanta esse debeat ibidem
 Exercitatio pprie dicta spēs habet. 201.f
 Exercitationes possunt morbos in quanti-
 tate auferre 207.c
 Exercitatio secundum Hip. per additio-
 nem fieri debet 209.c
 Exercitatio bonum habitum inducit, & fa-
 nitatem cōseruat 211.c
 Exercitatio nulla debet esse aut violenta,
 aut immodica. 212.c

Exercitatio à qb^o vitari deant. 211.c. & infra
 Exercitatio omnis in loco salubri fieri de-
 bet 219.b
 Exercentes se sub sole magis incalescunt
 quiescentes, quā qui moventur, &
 qua de causa ibidem
 Excrementa in hyeme cur pauca generen-
 tur 221.b
 Exercitatio ex medicorum sententia fem-
 per antecibum à sanis fieri debet. 222.d
 226.d. 267.c
 Exercitatio ante cibum duplicem utilita-
 tem affert 222.f
 Exercitandi tria debent obseruare 223.a
 Exercitationis factę post cibum nocumēte
 quæ sint 222.f. 268.d
 Exercitatio non debet fieri vbi stomachus
 est valde vacuus, & qua de causa. 223.b
 Exercitati statim post exercitationem nul-
 lum cibum aut potum debent sumere:
 & qua de causa 223.c. & infra
 Exercitationis terminus duplex est 217.b
 Exercitatio duo requirit, membrorum ro-
 bur, & caloris augmentum 227.c.
 Exercitationes consuetæ in senectute con-
 gruunt 228.d
 Exercitatione lassitudo semper est vitan-
 da 228.e
 Exercitationis termin^{us} est famis sensus. ibid.
 Exercitationis excessum laudat Aristot. ma-
 gis, quam defectū in cibo ecōtra. 210.f
 Exercitatio Socratis senis quāta esset. ibid.
 Exercitatio virorū quāta esse debet. ibid.
 Exercitatio puerorū quāta esse debet. ibid.
 Exercitatio fortium hominum quāta esse
 debeat, & debiliū ibidem
 Exercitatio senum minor esse debet quā-
 m, cum iuuenes essent ibidem
 Exercitatio hyeme facta citra sudorem fie-
 ri debet 229.a
 Exercitatio vere facta vsq; ad sudorem fie-
 ri debet ibidem
 Exercitatio Autumnō facta minor esse de-
 bet ea, quæ æstate fit ibidem
 Exercitatio inassuetorum quæ, & quanta
 esset debet 230.c
 Exercitatio immodica oībus nocet. 230.e
 Exercitationis immodicæ signa. ibidem
 Exercitationem iuuenes quando debeant
 incipere 231.c
 Exercitationi peragendæ qui modus est
 adhibendus ibidem
 Exercitationem viri quando debeant inci-
 pere ibidem
 Exerci-

- Exercitationem** antequam inciperent au-
 tiqui quid nam facerent *ibid.*
Exercitationem statim post cibum nemo
 debet incipere *132. f*
Exercitatio prius remisse ac debiliter inci-
 pi debet, deinde paulatim augeri. *133. a*
Exercitationis particularis cognitio, sine
 vniuersali cognitione, nullam affert vi-
 litatem, & contrā *134. c*
Exercitati statim post exercitationem ve-
 stes madesactas debent deponere, & in
 loco tepido & temperato *133. b*
Exercitationem antequam quis incipiat,
 quid nam facere debeat *133. a*
Exercitati non statim post exercitationem
 debent quiescere, nec cibum aut porum
 sumere *133. b. c*
Exercitationis modus & ordo totus quis
 nam sit *ibid.*
Exercitatio incontinentium quæ nam esse
 debeat *129. b.*
Exercitationis mos apud antiquos diuer-
 sus fuit ab eo, qui nunc est in vsu. *138. d*
Exercitatione præparatoria multi post coi-
 tū meridianū qua de cā vterent. *137. a*
Exercitatio cū puluere qd operetur. *138. a*
Exercitatio cū oleo facta qd efficiat. *135. c*
Exercitationes multæ oculorum acumini
 obfunt. *138. c*
Exercitatio magna, vehemens, remissa &
 aliz à quantitate sumptæ, quid in no-
 stro corpore agant. *138. c. f*
Exercitatio fieri nō debet nisi post cibi co-
 ctionem *141. b*
Exercitationes quæ nā quib⁹ temporib⁹ ex
 Hip sentētia fieri debeāt. *146. f. & 147. a*
Exercitatio capite inclinato facta quos le-
 dat *290. c*
Exilitio saltus species cursui assimilatur, &
 eius effectus *254. c*
- F**
- F**abularum recitatores vocis exercita-
 tionem operam dabant *157. a*
Factionū studiosi homines equorum suæ
 factionis stercorea odorabant, & qua de
 causa *168. c*
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ
 ibid. Vnde sint ortæ. *169. a*
Febre acuta laborantes ab omni motu sunt
 remouendi ex Gal. sententia. *206. d*
Febres sæpe contingunt, quia consuetæ
 exercitationes dimittuntur *212. f*
Ferorum quid esset *175. a*
Flavius Vespasianus dicebat, Imperatorem
 stantem mori debere *139. c*
Fletus nocumenta *282. f*
Fluxionem in dentes, giogiuas, columel-
 lam, aut in totum caput patientes luctū
 debent omnino vitare *246. c*
Fœtus humanus in vtero matris pauciori-
 bus ligamentis detinetur, quam fœtus
 irrationalis, & qua de causa *254. d*
Follis pila quæ nā esset. *83. f.* utilitas. *241. f*
Fornacatores in gymnasijs qd agerēt. *64. d*
Fossio est exercitatio & opus *102. f*
Fosfores qua de causa à victu inordinato,
 & prauo non lædantur. *219. b*
Frigida lauatio in palæstra vbi nam erat.
10. f. 39. c
Frigida lauatio cur vterentur post cali-
 dam *44*
Frigidariū in palæstra vbi nā erat. *20. f. 39. c*
Frigidum quodecunque statim post exer-
 citationem sumptum, iecur, ventrem &
 alias partes lædit *233. c*
Frigus nimium qd in nra corpora agat. *210. c*
Funambuli *148*
Fundē inuentores Phœrices fuerunt. *119. a*
Fuchsi error *87. a*
- G**
- G**ale. anno ætatis suæ 30. luxationem
 summi humeri in palæstra passus
 est *26. c*
Gal. tpe in palæstra pueri exercebant. *29. a*
Gal. tempore omnes homines quotidie la-
 uabantur *30. c*
Gal. paulo post Senecam & Plutarchum
 floruit. *44. d*
Gal. gladiatorum medicus à Pon. suæ cini-
 tatis fuit electus *142. f*
Gal. vt se exerceret, ligna frangebat, & hor-
 deum in pila tundeat *203. b*
Gale. obesum corpus veloci cursu cura-
 uit *213. a*
Gal. patria temperata fuit *216. c*
Gal. iudicat radios solis magnas capitibus
 humanis noxas afferre *266. c*
Gallica lues nostris temporibus apparuit,
 prius ignota *5. a*
Galli venatores helleboro sagittas inicie-
 bant *188. d*
Genibus infirmis deambulatio per accli-
 ue facta nocet & qua re ex Aristot. sen-
 tentia *263. c*
Genitalia membra flatibus oppressa luctu
 sanat *246. a*
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua causa
 equitatione vteretur. *170. c. 191. f*
 Germa.

Germanicus equitationis beneficio à crutū
renuitate fuit liberatus 208. d
Gestationis multe sunt species 295. b
Gestatio est debilis exercitatio, quibus con
ueniat, & aduerferur ibidem. c
Gestatione in quibus morbis curandis A
sclepiades vteretur 295. c & infra
Gestatio in mari perturbato omnino est
fugienda ibidem
Gestatio in mari tranquillo facta quid effi
ciat ibidem
Gestatio sine additione accepta quomodo
ab authoribus capiatur 297. a
Gestatio vehiculo facta quibus conueniat,
& quibus non conueniat ibidem
Gestatio in quibus morbis curādis Gal.
vteretur 297. c & infra
Gestatio morbis diuturnis prodest ibid.
Gestatione sella, & lectica facta egri vti pos
sunt morbo iam inclinante 300. c
Gestationis in alto mari factæ effectus.
302. f
Gymnasia nullus antiquorum scriptorū
sufficenter tractauit 7. a
Gymnasia quæ nam fuerint 17. b
Gymnasia quare, & à quibus primū sunt
inuenta ibidem c
Gymnasia diebus festiuis magis frequenta
ta erant, & quare 27. a
Gymnasiū cur antiqui Tiberi propinquū
effecerint 46. f
Gymnastica quid sit, & quod duplex sit 8. e
202. c
Gymnastica ad medicum pertinet 8. f
Gymnastica ad sanitatem multa bona, &
commoda afferit ibidem
Gymnastica quō à Pædortibica differat 7. b
Gymnastica vnde sit dicta 16. d
Gymnastica ars apud græcos solū in vsu
fuit, & quo tempore ad Romanos acces
sit 16. e f
Gymnastica proprios habuit authores,
quorum opera fuit illustrata 59. c
Gymnasiarchus quid nam esset 60. d
Gymnasticæ artis effectus 66. d e
Gymnasticæ bellicæ finis 66. e
Gymnastica viriosa quæ sit 16. e 66. d a
Galeno vituperata 69. b
Gymnastica medica saltationes non re
spuit 83. b
Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82. d
170. f
Gymnasticam & medicinā contrarias esse
cur dixerit Hipp. 8. f

Gymnastica principaliter circa sanitatis cō
seruationem, consequenter verò circa sa
nitatis erationem versatur 215. c
Gymnastes qui nā esset & eius onus 21. b.
Gladiatores apud Romanos qui essent, &
eorum absurdi mores 141. e f
Gladiatores diuersi ab athletis. 70. f
Gladiatores vsq; ad mortem in trepide pu
gnabant 143. a
Gladiatores hordearii vocabantur, & qua
re ibidem
Gladiatores sanguinem ex vulneribus ad
uersarij bibebāt & quare. ibid. 175. b c
Gladiatores post pugnam cinerem pro me
della portabant ibid.
Gladiatorū detestatio ex D. Cypriano, ibi.
Gladiatorum certamina homines cum vo
luptate intuebantur ibid. c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus
fuerint ibidem c
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Com. Imp. 144. d
Gladiatorum munus exercebant Impera
tores ad bellum profecturi ibidem
Glacus carystius pugillator excellentissi
mus 108. e 144. f
Graciles quiete vti debent 213. b
Gulielmus Choulus de antiquorum exer
citationibus scripsit 29. a
Gulielmus Chouius errauit existimans di
scum esse pilam rotundā in medio per
foratam 126. d. 145. b
Gordianus iunior Imp. Thermas ælianas
fecit 216. f.

H

H Abitus corporis in exercitationem.
considerandus 213. a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 126. f.
Hadrianus Imp. cursū Nemiæ & Ilth
micis certaminibus restituit 115. c
Had. Imp. lege sancit, vt milites in men
se ambulatum educerentur 115. c
Halteres quale instrumentum fuerit, ex
Oribasijs sententia 126. e. eius utilitas,
& damnum 256. d & infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ
fieri aliquādo pōt, si qd impediāt. 256. e
Haltere antiquorū est nos caremus, loco
tamen ipsius alijs instrumentis vti possu
mus, & ijdem effectus sequuntur. ibid.
Halteristarum imagines 127
Hemorrhoidas salus prouocat 255. b.
Harpocræ liberto Claudius Imp. concess
sit, vt per urbem lectica vheretur 174. f.
Helio-

Heliogabalus Imp. quibus piscinis lauabatur 39. c
 Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiscua extruxit 50. d
 Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58. d
 Heliogabalus Imperat. curtibz animalia monstruosa, & aliquando feminas nudas iunxit 171. b
 Heliogabalus Imper. Naumachias in curiis vino plenis exhibuit 180. c
 Hepatica affectio quedam in Melonijs apparuit, quæ miro effectus pariebat, ea laborantibus 5. a
 Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76. c
 Hermeum quis locus fuerit 18. f
 Heruia laborantes recti stare vitent 269. b
 Hernia quomodo generetur ibidem
 Herodicus Selymbrianus post Aesculapium artem medicam multum auxit & illustrauit 2. d
 Hydropisum lucta, vel palestra Oribasius curabat. 245. a Cæli. Aut. vociferatione 281. c
 Hydropici continuis exercitationibus exsententia Theodori Prisciani curari possunt. 248. d. itemq; cursu. 250. c. & vociferatione. Cæli. autho. 281. c
 Hydropicis vociferatio prodest 281. c
 Hydropicos gestatione Aetius curabat. 298. c
 Hydropici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299. a
 Hydropicis maritima natatio pdest 104. d
 Hyeme minus, æstate plus exereeri debere quidam iudicauerunt, & qua de causa. 121. b. c
 Hippoc. duas medicinæ partes curatiuam, & præseruatiuam ad summum perfecit 5. a
 Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant edificata 38. c
 Hipp. præceptum de sanitate tuenda 74. c
 Hipp. voluit oia fieri in *ἡμετέροις* 114. d
 Hippoc. sententia de homine comedente, & non laborante 192. f
 Hipp. patria temperata fuit 216. c
 Hippo. iudicat, solis radios capitibus humanis magnas noxas asserre 266. c
 Hipp. Herodici Selymbriani discipulus artem medicam illustrauit 2. d. 4. d
 Hippolytus venatione utebatur, vt virginitatem conseruaret 307. b
 Hypocaustum & laconicum non idem fuerunt 41. f

Hypocaustum balneo seruiebat 43. b
 Histriones vocis exercitationi operam dabant 157. a
 Histriones infibulabantur, & quare 157. c
 Homeri tempore Gymnastica atq; principum quoddam habuit 13. c
 Homines nasci propensos ad musicam, & Gymnasticam quomodo cognoscit 13. c. 80. d
 Homines cuiuscunq; ætatis illas exercitationes vitare debent, à quibus sedunt 211. b
 Homines cur aliqui sedendo macrescunt aliqui pinguescunt 214. c. f
 Homines excrementosi & calida temperie præditi sedendo pinguescunt ibidem
 Homines excrementosi & frigida temperie præditi sedendo macrescunt ibidem
 Homines, qui ante cibos, & ordinate se exercet, non indigent exquisita victus ratione, vt illi, qui non se exercet 215. a
 Homines ignari, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 286. d
 Homines excellentes, dum legunt, somno non capiuntur, & qua de causa ibidem
 Homo comedens, & non laborans sanus viuere non potest 192. f. 214. d
 Hora, qua sani homines cibum sumere debent, quæ nam sit 221. c
 Horæ diei Romæ quomodo, auctore Martiali, dispensarentur. & quomodo auctore Horatio. 224. f. & infra
 Horarum consideratio ab antiquis, Gal. auctore quomodo fieret 226. c
 Hordeum militibus, qui parum proficiscent, pro frumento dabatur 11. c
 Humidum naturale à superfluitatibus turbatur, & inficitur 194. d
 Humores erudos in stomacho aggregatos saltatio dissipat 240. d

I

Iacobus ob ueruum latum inter luctandum læsum, in posterum ab esu neruorum abstinuit 145. f
 Iaculationis species duas fecit Plato 119. c
 Iaculationis instrumentorum inuentor 131. b
 Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
 Ianitores in gymnasijs quid agerent 64. d
 Ianus Cornarius Platonem latinum fecit 217. b
 Isterici omnes sapes amarus iudicant 262. f
 Iecerosos natatio maritima iuuat 304. c
 Imitationis species secundum Arist. 96. c
 Impuberes singulari certamine certabant. 144. c
 In autumno ðhora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa 224. c
 1a

In balneis ædificandis quanta fuerit priua-
torum hominum diligentia 138.f
Incubone multi Romæ aliquñ pice. 196.e
In gymnasia varia hominum genera con-
ueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora vespertina cibus sumi de-
bet, & quæ de causa. 1224.e
In morbis intermittentib⁹ motiones aliquñ
sunt viles ex Hip. & Arilt. snia. 206.e
Infantibus in morbi declinatione mu-
sicus cantus subuenit 283.c
In solatione antiqui multis modis uteban-
tur 271.b
Intemperantia multa morborum genera
hominibus attulit 1.b.4.d
Intemperies est duplex 204.f
In vere hora meridiana cibus sumi debet,
& quæ de causa 224.c
Ioanes quomodo recumberet supra pectus
Domini 54.e
Ioannes Baptista Rhamnusius 54.e
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.e
Ira corpus sanum conseruat 7.a
Isthmicos cursus liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Iudeicus à neruorū esu abstinere. 145.b
Iulianus quidam sanguinem ieiunans quo
modo oraculo monstrante fuerit sanus
factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis con-
cessum 5.c. & infra
Iuuenes oībus ferè motib⁹ sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueto laborent, con-
nullionibus fortibus magis quàm senes
tentantur 212.f

L

Labor nimius pallorem inducit, & quæ
de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ
nostræ inimicus, & iucunditatem à sa-
nis auertit 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere
debemus, & quæ de causa. 199.a.230.d
Labores moderati quibus nam corporib⁹
conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corpo-
ribus conueniant ibidem
Lacedæmonij venatione se exercebāt. 187.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quòd pue-
ros nimis laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pax
inferretur 64.d
Laconicum & tepidarium non sunt idem
apud Vitruuium. 41.b

Laconicum & hypo caustum non idem
fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio succurrit 281.c
Lasitudo qua ratione articularum mor-
bo laborantibus obicit 262.d
Lecti apud antiquos varijerant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid sit,
176.e. 301.b
Lectis pensilibus pro ægrorum exercitijs
antiqui medici utebantur. 176.d. quid
essent, & quomodo fierent 300.f
Lectis pensilibus, Celso authore, quando
vri debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante ci-
bum, quàm à cibo prodest ibidem
Lectica qua re est inuenta. 173.b. 175.a. &
quot numero serui eā portarent. 173.c.
& infra. eius vsus. 198.f. & 299.b
Lectica per urbem gestari libertis erat ve-
ritum 174.f
Lectica nostra cui antiquorum sella cor-
respondeat 175.a
Lectica in languēibus antiqui medici ute-
bantur 175.b. 299.b
Lectica à sella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs⁹ apud antiquos fuit. 298.c
Lectica, in ea sedētes, q nā vti possint. 299.b
Lectuli pensilis agitatio quandiu fieri de-
beat 177.b
Lectiois species, & eam ad sanitatem
vsus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectioe remissa post ciborum sumptio-
nem vti possumus ibid. & infra
Leni labores quibusnam corporibus cō-
ueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica de-
cumbentes vehabantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum detur-
pat 207.b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fue-
rit, tabellulis notabant, ac templo Apol-
linis dicebant 1.d
Libarij in Gymnasijs liba vdebant. 64.e
Libertis erat interdictum quo minus per
urbem lectica veherentur 174.f
Liber de insomnijs est Hippocrati adscri-
ptus, & qua rōne hoc cognoscat. 261.c
Lycæum Aristotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manib⁹ in
altum sublatis exercitaretur 149.c
Lycurgus iussit virginū corpora lustrationi-
bus, curab⁹, & limoi alijs exerceri. 246.a
Lieuofos,

Lienosos, natatio maritima iuuat 304. c
 Loca ad Septentrionē & Orientē spectantia
 sunt salubriora ijs, q̄ ad Meridiē & Oc-
 casum spectant, & qua de cā ibi. & 216. c
 Loca prope paludes, & stagna, & huiusmo-
 dialia sunt mala 218. f
 Loca prope mare ad Meridiem, vel Occi-
 dentem spectantia sunt mala ibidem
 Loci ad exercendum apti sunt tres condi-
 tiones, & quę ibidem & 216. f
 Locorum vis quantum possit 215. c
 Locus, ubi vocis exercitatio fiebat, qualis ef-
 fet 158. c
 Locus, in quo exerceri debēt hoīes, hyeme
 calidus, æstate frigidus esse debet 219. b
 Locus consularis in Triclinio quis 54. c
 Locutio est debilis exercitatio, quibus con-
 ueniat, ei⁹ utilitas, & nocumēta 286. c. f
 Longa ābulatio humiditates exccat 262. c
 Longus funis quid sit Cælio Aureliano
 165. a. 178. f
 Loriones corpus sanum conseruant 7. a
 Lucius qdā lateris dolore laborans, q̄uo
 oraculo monēte fuerit illo liberatus 3. a
 Ludi oēs antiquorū cur sint instituti 10. f
 Ludorum exercitatoribus quis honor da-
 retur 11. b
 Ludi cur sūt athleticas exercitationes enu-
 merauerit huius operis author 88. d
 Ludi Baccho dicati 80x62. 12. dicti 121. a
 Ludi matutini qui essent, & qui magni 64.
 c. & 65. a
 Ludorū victores q̄uo honorarentur 15. b. c
 Lucte præfectus, & eius onus 60. f
 Lucta siue tres habuit 105. a. quatuor
 modis fieri potest 244. c. f
 Luctatoriarū artū auctores, qui fuerint 105.
 a. 115. c
 Luctam Gal. artis gymnasticę minimam
 partē esse iudicauit. 102. f. eius apud an-
 tiquos magnus vsus fuit 244. d
 Luctam nostro tempore exercent rustici,
 quomodo apud antiquos athletę exer-
 cebant 244. c
 Lucta vehementer, & corpore erecto facta
 quid corpori præstet 244. f
 Lucta habētibus crura debilia nocet 245. c
 Lucta qua ratione pectori nocet 245. c
 Lucta remissa facta qd corpori p̄stet 244. f
 Lucta super pavimento facta quam corpo-
 ri utilitatem æstet 246. a
 Lucta in puluere facta carnis plenitudinē
 remouet 246. d
 Lucta ex sententia Galen. est perq̄uē gua
 Gymnastica.

pars Gymnasticę medicę 246. f. 248. a
 Luctator qui sit ex Aristotelis sententia 70. d
 Luctatores quid nā agerent, antequam lu-
 ctarentur 102. c
 Luctatores vocabantur veri athletę secun-
 dum Galenum 108. f
 Luctatorum imago 104. a
 Lugentibus, varius sermo succurrit 283. b
 Lumbis malē affectis lucta nocet 245. c
 Lumbos discus corroborat 257. c

M

M Achaon venatione summo opere de-
 lectabatur 185. c
 Magni Pōpeij post ætatē hoīes toto corpo-
 re ac singulis dieb⁹ lauari cœperūt 10. c
 Manuum gesticulatio ad sanitatem cōser-
 uandam conducit 100. f
 Manucodiata avis carens pedibus semper
 in aere permanet, nec in terrā nisi mor-
 tua cadit 137. b
 Mannū gesticulatio hūiores attenuat 140. d
 Marcus Aurelius Asclepiades, & eius lau. s.
 60. c. f
 M. Aurelius Antoni. Imper. balnea viro-
 rum, ac mulierum separauit 50. d
 Marcus Antoninus Imper. valetudinis stu-
 diosissimus quid ante cibi sumptionem
 ageret & qua hora cibū sumeret 224. c. f
 Marcus Tul. stomacho laborans exercita-
 tionibus opportunis conualuit 190. c
 Marcia fons haustu erat iucundissima 50. f
 Mare est ex extrinsecus corpori accidenti-
 bus 6. f
 Mare insignem salubritatem quare efficiat
 179. b. 102. d
 Maria Magdalena quomodo staret retro-
 pedes Christi cœnantis 54. f
 Marina aqua maiora pondera, quā dul-
 cis sustinet, & qua de causa 184. f
 Marius varicibus laborabat, & qua de cau-
 sa 269. c
 Marfilij Ilicini error in Platonis translatio-
 ne 18. d. & 217. b
 Martialis exercitia dum ruri moraret 203. c
 Materia, qua lauabant, quę nam esset 39. a
 Meccenas Melsius triennio siluit, & qua de
 causa 286. f
 Medica secundum Diogenem sapiens fuit,
 non venetica, & quomodo 8. c
 Medicinæ quando opus non erat 1. b
 Medicinæ partes, cū sint diuersæ, diuersa
 etiā. nomina sortitę sunt 5. b
 Medicus quomodo corpus humanum con-
 sideret 12. c

Medicus est artifex res sensatas tractans
212. d
Medicamenta quosdam iuuant, quosdam
lædunt 196. e
Mediastini in balneis qd facerēt 30. c. 63. a
Melancholicos lucta Theodorus Priscia-
nus curabat 245. a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur
somno capiantur 186. d
Melancholiam Theodorus Priscianus, &
Arctæus gestatione curabant 296. f
Melchior Guilandinus Laud. 19. c
Membra corporis per exercitationē robur
& firmitatem acquirunt 191. c. 194. d
Menſe apud antiquos prope balneū erant
sitæ, & qua ratione 56. d
Menſe & lecti simul apud antiquos para-
bantur 56. f
Menſtrua sanitatem corrumpunt 48. f
Menſtrua saltus euocat. 254. f. & deambu-
lato 260. f. 263. a
Mentagra ægri tudo Plinij ætate nobis in-
notuit 4. f
Meflores qua de causa à victu inordinato
& prauo non lædantur 219. b
Methodi vniuersales ex Gal. sententia nisi
particularibus speculationibus iungan-
tur parum iuuant 189. b
Militaris discipline cupidi gymnasia ingre-
diebantur 26. e
Milo Crotoniata vir robustissimus. 67. a
quantum comederet. 73. b. quō robur
ostenderet 138. c. 150. d. 277. e
Mecenas primus natatoria calidarū aqua-
rum in vrbe construxit 184. e
Moderati labores quibus nam corporibus
conueniant 215. b
Morbi quo tempore non vigeant 1. a
Morborum tria sunt genera, & quæ 104. c
Morbus in intemperie, & eius species ibid.
Morbus in mala partium formatione qui
sit, & quomodo fiat 104. f
Motus intempestiuus concoctionem cor-
rumpit 193. a
Motus omnis moderatus cunctis corpori-
bus conuenit 212. f
Motus intercisus minorem lassitudinem
membris affert, & qua de causa 237. c
Mortui in gymnasijs apud antiquos sepe-
liebantur 18. f
Mulieres post Hip. statē podagra propter
malam victus rationem laborare cæpe-
runt 4. c
Mulieres apud antiquos nō accūbebāt 53. c

Mulieres cum vitis quo tempore accu-
bere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerso accūbebāt
54. d
Mulieres frequentissimē saltationi dabant
operam 101. b
Mulieres lacenæ quo saltu vterētur & 97.
c. 118. e
Mulieres quænam vitam magis sanam &
minus moleſtam degunt 215. b
Mulieres quæ nam facili ter patiunt ibi.
Mulierem prægnantem lædit saltatio 240.
c. 254. d
Mulieribus prægnantibus pica obſeſſis vo-
ciferatio prodest 281. c
Mulieribus parturientibus vociferatio pro-
dest ex Alexandri sententia 281. c
Muscam Plato Gymnasticę contrariā ef-
ſe dicit 160. d

N

Natationē cursui cōparat Arif. 183. b
Natatio ſemper in honore apud ve-
teres fuit 182. c. 303. b
Natationis locus quid ſit 183. e. & 184. f.
eius species 303
Natatio quibusdā ægri tudinibus ex Antyl-
li ſnā, & Gale. conuenit 183. a. 184. c.
Nataturi quid agere debent, antequā na-
tent 183. b
Natatio iter exercitationes numerat 183. a
Natationem cur antiqui addiſcerent ibidē
185. a. 303. b
Natatio i fluuiō facta ſomnū iducit 303. e
Natationem in aquis ſponte naſcentibus
factam Antyllus improbat 303. c
Natatio pernicioſiſſima quæ ſit 304. d
Natatio ſub Dio facta quid operet 304. e
Natatio facilius in mari quā in fluuijs
ſit Arif. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit, & ſtigefa-
cta calefacit & eius nocumenta 304. f
Natatio frigida calorem naturalē validū
efficit, & concoctionem adiuvat ibidem
Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui
læduntur 305. a
Naturæ calidæ ſecundum Hip. quieſcere
debent 196. f
Naturæ hominum adeo diuerſæ ſunt, vt
nemo alteri proſuſ ſit ſimilis 196. e
Natura corporibus noſtris meatus multos
cur dederit 192. e
Naturis calidis quies conuenit 206. f
Nauigatio an ſit exercitatio 78. f
Nauigatio quibus morbis, autore Auicē.
proſit

profit 302. f. 179. b
 Nauigationis' modus valetudinarijs cōueniens qui sit ex Herodoti sentētia 179. c
 Nauigationis species sunt multę, & quę. & 179. c. 301. c
 Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quā quę per mare, & quare quibusdam morbis conueniat 180. d
 Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179. a
 Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi, & quare 180. d
 Nauigatione quānam vtantur ibidem
 Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181. e
 Nauigatione sanus factus est Anneus Galio sanguinem expuens 179. b. & 302. c
 Naumachię cur a Pop. Ro. sunt institutę. 180. e
 Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15. b
 Nephretici Tral. sententia lētica vti possunt, & qua de causa 199. a
 Nephriticis nauigatio maritima prodest. 303. a
 Nero Imp. gymnasia quandoq; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26. e
 Nero Imp. musicū certamē instituit 158. e
 Nero Impe. in lētica cum matre quandoque vhebatur 299. c
 Nero lamina pēctori imposita sub ea cantica exclamabat 160. d
 Nicomachus Smyrnęus valde crassus qua via ab Aesculapio sit curatus a nimia illa crassitie 207. c
 Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139. b
 Numerus exprimit rerū similitudines. 96. d

O

O Culi lachrymantes læduntur saltatione 240. e
 Oculi lippietes, & lachrymosi a quantumuis minimo motu læduntur, quiete verò recreantur 243. a. b
 Oculorum circūuolutiones vertigines pariunt 242. d
 Octauius Pantagathus vir doctissimus Vitruuij contextum de palęstra emendauit 19. c. & infra
 Oleum est ex extrinsecus corpori accidentibus 6. f
 Olympici ludi Pisis agebantur 15. b
 Onera portantes, si cantent, minus laborāt 283. b
 Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis

diligentiſſime scripsit 11. b
 Ophthalmiæ luſta nocet 246. c
 Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 298. d
 Orcheſtica tertia ſaltatorię ſpecies in plures partes diuiditur 82. f. 140. d
 Orthopnoicos vociferatio iuuat 281. c
 Orpheus vt Deus ab Alexan. Se. colebatur 181. d
 Os clauſum cōtinere ſitim extinguit. 286. f
 Oſcellę 163. b
 Otū corporis habitum deſtruit 192. f. 197. c
 Otium pernicioſum eſt & qua de causa 199. c. & infra

P

P Alęſtra Mercutij filia pudendos locos obregeſſi cōſuetudinem inter mulieres, quę exercebantur, inuenit 76. c
 Palęſtra quid ſit 17. c
 Palęſtrę deſcriptio ſecundum Vitruuiū, accius partes 20. e. f
 Palęſtrę nomē quid ſignificet. 35. a. 102. d. 244. f
 Palęſtra multas ſub ſe habuit ſpecies 102. d
 Palęſtrę nomen vnde ſit dictū 102. f. & infra
 Palęſtra ſtomachū frigidis morbis oppreſſum liberat. Cęl. Aureliano auctore 245. a. 248. e
 Paleā hordeaceā quidā vring difficultate laborans per multum tempus, miſiuit 4. f
 Panathenaeicum quis locus fuerit 18. f
 Pancratiaſtes quis ſit ex Ariſto. ſnīa 70. d
 Pācratiū duplex erat 105. c. 109. a. b. 244. f
 Paocratiaſtes vocabantur veri athleta ſecundum Gal. 108. f
 Paneratio Gal. plurimos ſanitati reſtituit 110. d. 248. d
 Pancratij volutatorii imago 106
 Paralyticis natatio in aquis ſpōte naſcentibus facta Cęl. Aurel. auctore prodeſt, & etiam in marinis aquis 303. c
 Partibus inferois ab alimento nutrimentū non capientibus deambulatio facta calicibus incumbendo prodeſt 263. a
 Paruę pilę luſores quō ſe haberent 85. c
 Paullus Manutius vir doctiſſimus, & eloquentiſſimus 178. d
 Paullus Rhānuſius vir opt. & doctiſ. 54. b
 Paulo Rhānuſio multū debēt ſtudioſi ob accūbendi formam monſtraā in mare antiquiſſimo 54. c
 Pauli Aeginetę ſententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237. a
 Pēctoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

- ciferatio subuenit 281.e
 Peñonis affectu onibus curandis gestatione
 Actius utebatur 298.e
 Pedes debiles & male tutos saltatio firmat
 240.e
 Perdotriba fm Platonem quis esset 62.d
 Peristylia in palæstris quonam pacto fie-
 bant 20.e
 Peristylia interioris ambitus cui cursui in-
 feruieret 116.f
 Peritonæum debile habentes spiritu retin-
 to læduntur 280.d
 Perse victus rationem, & exercitationem
 diligenter proficiebantur 293.a
 Persis labores corporis Cyrus instituit an-
 te cibi sumptionem, & quare 8.d
 Petauri; unde dicantur 163.b
 Petaurum quam haberet figuram 162.f
 Petros egra corpora exerceri iudicabat: os b
 Petrus Victorius nre etatis ornamētū. 114
 Potulenta tū cibi tum remedij causa egro-
 tis exhibentur 6.f
 Pheinda quid & unde dicatur 84.f
 Phœbus disco Hyacinthū interfecit 126.e
 Philagrius medicus profluuium seminis
 exercitatione partium superiorum cura-
 bat. 247.c. cursu Antyllus 290.f
 Philander in suis in Vitruuii cōmētarijs
 ostēdit antiquos in lītatis cōnasse 63.a
 Philoctetes dolorem, sagittarum iaculatio-
 ne lenibat 258.f
 Philosophi in palæstras ad disputandum
 conueniebant 20.e. 28.e
 Phonaſcia ars, & phonaſci magistri 158.d
 Physicus quomodo corpus humanum cō-
 sideret 12.e
 Phryges iuenerūt curr⁹ quatuor rotarū 171.a
 Phrynicus ob saltationis excellentiam ab
 Atheniensibus Imp. est electus 100.e
 Phrynon dux Atheniensium pancratiastes
 fuit excellentissimus 110.d
 Phrenetici lectis pensilibus iuuantur, & qua
 de causa 301.a
 Phthiſis vociferatio prodest 281.c
 Pilæ parū lusus in tres species diuiditur.
 84.e. 201.c
 Pilæ magnæ lusus duas habuit species 86.d
 Pilæ inanis lusus quis apud antiquos fue-
 rit. 86.d. & utilitas. 242.f
 Pilæ ludorū quatuor apud Græcos fuerunt
 genera, & quæ 84.e. 241.b
 Pilæ lusus secundum latinos, & eius species.
 88.e. 242.e
 Pila robustis corporibus conuenit 212.f
 Pilæ paræ lusus omnes quid præstaret vri-
 litatis corporibus 241.b
 Pilæ paræ exercitatio inter veloces motus
 numeratur à Gal. & Paulo 241.b
 Pilæ sollis dictat exercitationis figura 89
 Pilæ magnæ lusus utilitates quæ sint. ibidem
 Pila trigonalis quæ nam esset 91.b.
 utilitas 243.a
 Pilæ trigonalis figura 93
 Pila paganica quæ nam esset 94.d. quibus
 conueniat 243.c
 Pilamalleus quid sit 167.a. & 290.e
 eius utilitas, & nocumenta 290.f
 Pilicrepus in gymnasijs quis esset, & quid
 ageret 63.c
 Pingues quanto magis exercētur, tātō ma-
 gis sani sunt. & qua de causa 213.a
 Piscatio nauigijs facta est nauigationis spe-
 cies 181.a
 Piscatores marini cur pilos ruffos habeant.
 181.c
 Piscina pub. Romæ ubi nam fuerit 184.e
 Pythagoras quidam athletis primus carnē
 exhibuit 72.f
 Pythagoras voluit adorationes sedēdo fieri.
 139.b
 Pyrrhichie saltationis imago 98
 Pittachus Mitylen⁹ Phrynonē Atheniēsiū
 ducē & pancratiastē excell. viciit, ob quam
 re statua in Prytæneo ei erecta fuit 110.d
 Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
 Pituitosi vociferatione iuuantur 281.c
 Platonis sententia de arte gymnastica 12.f
 Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ
 cum viris in palæstra exerceantur 27.c
 Plato secūdum quosdam athleta fuit 71.c
 Plato fuit Hip. lætator 80.e
 Plato laudauit vt & pueri & virgines, &
 mulieres, & homines tam nudo corpore
 quā armato exerceantur 116.d
 Plato scribens statum motui contrariū nō
 proſus vera locutus est 118.d
 Plato dicit naturas diuinas ex motu, &
 quiete constare ibidem
 Plauti versus de antiquorum puerorū mo-
 ribus in palæstra 29.b
 Plinius scribit athletas aliquando coitu vt
 solitos 76.d
 Plinius secundus æstiuo tempore post cibū
 apicabatur 140.e
 Plinius secundus ex Vesunij montis concu-
 ratione interiit ibidem
 Plinij capitū librorū catalog⁹ adulterin⁹ 28.
 Plinius dixit Asclepiadem iucundū curan-
 di

- di modum caluisse 205. e
 Plinij iunioris exercitatio q̄ fuerit 221. d
 Plinius maior dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est 285. b
 Plinius Cœcilius vehiculo gestabat 290. b
 Plinius Romæ Sella utebatur, vti inter eundem studijs vacaret 299. c
 Plinius iunior corporis sanitatem venationi referebat 187. c. 107. c
 Podalirius venatione delectabatur 185. c
 Podagrici saltum debent fugere 255. a
 throchum 289. c
 Podagricos lenes & remissa iuuat deambulatione, & vehemens lædit 261. c
 Podagrici Tral. sententia lectica vti possunt & qua de causa 299. a
 Posis secundum Simonidem est saltatio loquens 95. f
 Pompeij magni exercitia 126. c
 Pons naumachiarius quare sic vocatus sit. 180. f
 Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27. a
 Porphyrius philosophus carnis vsum cur prohibuit 193. c
 Porticus tres extra palæstrā quomodo disponerentur 10. f
 Porticus erant partes gymnasiolorum principales, & quomodo se haberent 28. c
 Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134. c
 Porticus in viridario Vaticano qualis sit. 135. a
 Potabant veteres cornibus bouum 55. b
 Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 133. c
 Prandium apud antiquos quid esset 52. f
 Prasina factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168. c
 Prasini erant vna factio Romana ibid.
 Pratinas poeta cur sit vocat⁹ saltator. 101. b
 Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261. c
 Præmia certatoribus cur fuerint instituta. 14. c. 15. a
 Priapismū pilæ magnæ lusu Tralianus curabat 241. d. atque item haltere 256. c
 Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205. b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245. b
 Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210. c
 Propnigcū ī palæstra vbi nā erat 10. f. 43. a
 Gymnastica.
- Propinatio iuxta veterem ritum, sin coniunctio facta ex Rhamnusiano lapide. 55. b
 Prouerbiū in harenam descendere vnde sit ortum 16. d
 Prouerbiū illud discum (quā philosphū audite malunt) vnde sit ortum 18. e
 Prouerbiū Ne q̄s in stadio delictū 117. a
 Prouerbiū transire in etam 119. b
 Prouerbiū cōtra eos, qui nec literas, nec natate sciebant 182. c
 Prouerbiū à mari & terra sumptum 302. e
 Puer aquam præbens 56. b
 Puerorū gestatio in vlnis nutricū est quædam pistorum exercitatio 176. d
 Pueri post Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4. c
 Pueri frequentissime saltationi operam dabant 101. b
 Pueri musicam Platonis, & Aristot. sententia debent addiscere 160. d
 Pueri a ploratu ex Aristot. sententia prohiberi non debent, & qua de cā. 150. f. 288. e
 Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 133. b
 Pueri vsque ad vigesimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre possunt 228. c
 Pueris peritonæum aut scrotum spiritu re-tento rumpitur 230. c
 Puellæ sunt ex Platonis sententia in gymnastica bellica exercendæ 66. f
 Puellæ pulcherrimæ singulari certamine certabant 144. c
 Pulmone ulcerati, inculpati viuēbant in Lybia 179. c
 Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70. d
 Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vltu 107. b. sanitati parum cōfert 247. a
 Pugilatores quomodo certabant 107. c
 Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108. c
 Pugiles vocabant veri athletæ fm Gal. 108. f
 Pugiles, & athletæ aliquando in Deorū numerum relati 71. a
 Pugilum imago 102. b
 Pulueribus in multis exercitationibus antiqui utebantur, & qua de causa 216. d
 Puluis vim habet emplastica m ex Galeni sententia 238. d
 Pugilatus nocumenta, quæ sint 247. c
 Pugilatus fuit paruus Lusus in gymnastica medica 248. d
 Pugnæ nomen plura significat 140. f
 Pugna, de qua hic auctor agit, quid esset X iij & quot

& quot eius species ex Oribasij sentētia
ibidem. & 273. a
Pugna vmbatilis quomodo fiebat. ibidē.
201. c
Pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna singularis quomodo fieret ibidem
Pugnas singulares exercebant sacerdotes
in Pergamo Gal. tempore 142. c
Pugna aduersus palum quinam vterentur.
145. c. 173. a
Pugna vmbatilis vbi à Galeno laudetur.
146. c. 173. b.
Pugna armata a Demea inuenta 146. c
Pugnas singulares etiam Romani exerce-
bant 146. d. ibidem
Pugna singularis rudibus armis facta à Mā-
tinis est inuenta 145. b
Pulsis in vnctione quid præstaret 33. a
& 138. d. vnde potrantur 34. c
Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritis. 19. c
Pyrrhichix saltationes quæ fuerint, & a
quo inuentæ 97. c

Q

Q Vadrans erat merces balneatori da-
ta 47. c
Quadrata corpora ab exercitatione quo-
modo iuuantur 213. a
Quadrigæ in pub. factis sæpe certauerūt.
171. c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat.
281. c
Quinquentio qui sit ex Arist. sententia.
70. d. e.
Quotidiana febre laborantes in lectica de-
cumbentes vehiebantur 299. a

R

R Auenna Strabonis auroitate aerem
salubrem habebat 75. a
Razis sentētia de venatione 187. c. 306. c
Renes debiles lædit saltatio 240. f
Remediorum omnium natura est, vt pro-
sint, & aliquid etiam offendant 251. a
Renibus malè affectis lucta nocet 245. c
Renum lapilli optimè saltatione extrudū-
tur 240. c. 254. f
Renū ibecillitate, vel seruoire, vel vlcere affe-
cti saltum vident. 255. a. & discum. 217. c
Renum inflammatione laborantes erecti
stare non debent 269. b
Rhamnusianus lapis, i quo sculpta est for-
ma Triclinij, antiquissimus 56
Rhetores in palastras ad disputandū con-
ueniebant 10. c. 28. c
Res rōne finis varia noīa fortitē sunt 203. a

Resoluti Tral. sententia lectica vti possunt,
& qua de causa 299. a
Respiratio crebrarum oscitationum est re-
medium 279. a
Reunctores in balneis qui essent 30. c. 63. a
Rigores saltatio arcet 140. d
Risus quō fiat, & quid efficiat 161. a. 287. b
Romani postremi omniū gymnasia ad Græ-
corum imitationem struxerunt 18. f
Romani in balneis multo græcis lasciuior-
es 38. e
Romani suos milites & mari & terra exer-
cebant 180. f
Romanorum mulieres Vattonis testimo-
nio in eodem loco cū viris lauabatur.
48. f. oppositionem. 53. c
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bi-
bitus gracilitatem inducit 267. a
Rotæ currum Homeri tempore stāno or-
nabantur 171. a
Ruffus Ephesius Romæ sub Traiano flo-
ruit 145. c
Russiati erant vna factio Romana 168. c

S

S Altantes pondera aliqua habebant, &
quorsum 118. d
Saltatoria exercitationis species, & eius di-
uisio 82. d
Saltatoria facultas in imitatione solo motu
facta consistit 96. f
Saltatio secundum Simonidem est poesis
tacens 96. l. & infra
Saltatio vera à musica secundum Plutar-
chum deprauata est 57. a
Saltationis inuentor quis fuerit 97. a
Saltationum diuersa nomina vnde sint or-
ta 97. c
Saltationis finis 100. d
Saltationes vbi nam fierent 101. b
Saltationem antiqui in conuiujs exerce-
bant 101. c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, rōne,
& proportionem indigebat 239. b
Saltatio opportunè facta multas affert vti-
litates, eadem inopportunè administra-
ta multa detrimēta homini p̄stat 239. c
Saltus utilitas, quæ sit, Vegetij sententia.
117. c. 113. c. & infra.
Saltus pprie dictus duplici modo fit 118. f.
& eius effectus 254. c. 254. c
Saltus multæ sunt species 254. c
Saltus in altum factus lædit pectus, & co-
xas iuuat 255. a
Saltus humores superfluos euacuat, & loco
purga-

purzationis acphlebotomiz, Gal. au- thore, fieri pōt, si quid sit, quod ipsam impediat ibidem	Sella duplex apud antiquos fuit 174.f
Salus factus, manibus aliquo pōdere plen- is, qd differat à salu aliter facto 155 b	Sella portatoria quid esset 175.2
Salugo est ex extrinsecus corpori acciden- tibus 6.f	Sella à lectica differebat 175.c. & 199.b
Sanguinis millionem Erasistratus e medi- cina auferebat 191.b	Sella tum cooperta tum non cooperta an- tiqui utebantur 199.c
Sanguinis mictū aut fluxū quemlibet pa- tientibus salus obest. 155. & deambu- latio 160.f	Semen præcalidum emittentes, haliere, Gal. authore curantur 156.e
Sanguinis reiectio spiritu retento non cu- ratur, & qua de causa 180.d	Seminis fluxū patientes legdit saltatio 140. f. & deambulatio 161.a
Sanitas in humorum æqualitate conserua- tur 191.f	Seneca vocat se psychrolutrem 47.c
Sanitas eisdem remedijs & amissa recupe- ratur, & præsens conseruatur. Eras. sen- tentia. 191. c. huius falsitas 191.c	Scmitertiana febre laborantes in lectica de- cumbentes vehabantur 199.a
Sanitati voluptas est coniuncta 183.b	Senecæ de gestationis, & ambulationis dif- ficultate quō sit intelligenda 196.d
Sanitas cum aliqua molestia permanere potest ibidem	Seneca aduersus miram anhelādī difficul- tatem gestatione in vehiculo facta ute- batur 197.b.c
Sanitas in moderato calore naturali & cō- mensurato humido conseruatur 191.c. 194.d	Senes quoniam modo secundum Gal. sen- tentiam debeant curari 209.b
Sanitas quot modis consideretur 205.a	Senes vti debent laboribus consuētis 111.b
Sanitas medicamentis opportune adhibi- tis recuperatur 191.c	Senes pauciores & remissiores exercitatio- nes sustinent 211.f
Sani homines à medicamentis multum læ- duntur ibidem	Senibus exercendis quatuor sunt conside- randa 210.e
Sanus homo nullis legibus se obligare de- bet 61.c	Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidē.
Satyriasm lucta, Theodori Prisciani au- thoritate, sanatur 145.a	Sensus lucta exacuit 245.a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens conuenit 108.f	Sepri dolore diuturno laborantes vocife- ratione liberantur 281.c
Scabiosis natatio maritima prodest 304.d	Sergius Orata balnea pēfilia tūenit. 177.a
Scelyrhis ægrotudo Plinij ætate se manife- stauit 4.f	Sertorius, ut rixas conuiuiarum auerfaretur supinum se locauit, & iccirco facilius trucidatus est 54.a
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 15.c	Seuerus Impera. Scimpodio utebatur, dū Britanniam obiret 178.d
Scimpodium quid sit 177.c. & 301.a	Sicci homines vel parum, vel nihil exerce- ri debent, & qua de causa 213.b
Scythæ oēs ferē semper equitatione vrun- tur 167.c	Siccitas nimia exercitationes prohibet 210.f
Scythæ inuenerūt currus sex rotarū 177.b	Silentium sitim, tussim & singultum extin- guit 286.f
Scribonius Largus Claudij Imperatoris me- dicus scripsit neminem vsque ad sua tē- pora aquæ formidine liberatum 4.e	Silentium sanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæs. Romæ floruit 141.f	Silimachus medicus fuit Hippoc. sectator 296.e
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud an- tiquos esset 145.b	Singultus longa & concitata ambulatione comprimatur. 262. c & spiritus cohibi- tione. 178 f. & vociferatione. 281.f & si lentio 286.f
Secundas saltus educit 151.f	Syracusani bis in die saturabantur 53.a
Sella currulis vnde sit orta 175.a	Sitis à silentio extinguitur 286.f
	Soclarus Epicuro aduersatur circa coitū. 237.a
	Socrates ad sanitatē conseruandā, & robur acquirendum saltationē exercuit 101.a
	Socrates cantu se exercebat 284.e
	Solon

Solon vetabat seruis unctiones ficas 32.f
 Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta ho-
 ratium. 54.c
 Somni corpus sanum conseruant 7.a
 Somni profundiores ijs contingunt, qui se
 exercuerunt, & qua de causa 193.a
 Somni profundi concoctione meliore effi-
 ciunt, & qua de causa ibidem
 Sono capiunt saepe inerte speculantes 139.a
 Somnolenti cur sint decolorati 244.d
 Soranus in curâdis diuturnis morbis exer-
 citatione utebatur 235.b
 Solitarius Gnidius ambulationem pensile
 primum omnium Gnidi fecit 115.b
 Spartanorum mulieres vna cum viris in
 palæstris se exercebāt 27.b. & in balneis
 vna cum viris lauabantur 48.c
 Spasmus cynicus cursu remouetur 250.c
 Spharisterium gymnasijs pars quid esset,
 & quid in ipsa ageretur 36.f
 Sphæristicus q̄s nam esset, & eius onus 62.f
 Sphæristica est saltationis species, & quid
 sit & quis eam inuenerit 84.d
 Spectatores subsellia sibi ad spectandum fe-
 rebant 118.f
 Spiratio numerosa vnde fiat 251.c
 Spiritus cohibitio quid faciat 153. a. eius
 species. 153. b. eius utilitas. 278. d. quib⁹
 conueniat. 279. a. eius nocumēta. ibid. b
 Spiritus cohibitione inter ceteras exercita-
 tiones Athletæ duabus de causis uteban-
 tur 154.a
 Splebis egritudinibus ex Aetij sententia
 cursus est utilis 250. d. f
 Spleneticos gestatione Theodorus Priscia-
 nus, & Aretæus curabant 296.f
 Spurijs apud antiquos magna infamia no-
 rabantur & à nobilium commertio ex-
 trudebantur 18.c
 Spurina qua victus ratione vteretur, &
 exercitio 210. f. 223. c
 Spurinæ studiū ī sanitate cōseruāda 223. c
 Sputa corpus exinaniant 6.f
 Stadium gymnasijs pars 52. d
 Stans exercitium 146. f
 Stare maiore corpori labore affert, quā
 ambulare, & quare 137. c
 Stare calcibus aut summis digitis innitēdo
 nihil nisi molestiam affert 272. f
 Stellæ deficientes in insomnijs vidētes quo
 modo ab Hippoc. curentur 253. a
 Stephanio fuit iuētor togatę saltatiōis 83. a
 Stercora corpus exinaniant 6. f
 Stomachacæ ægritudo Plinij ætate nostro

orbi nota facta est 4. f
 Stomachus in coquendo debilis à saltatio-
 ne corroboratur 240. d
 Stomachum frigidis morbis oppressum cu-
 rat cursus 250. f
 Stomachicos spiritu retento Cal. Aure. cu-
 rabat 279. c. & voc. feratione 181. c.
 Asclepia gestatione 296. f
 Stomachi dolore Theodorus Priscianus,
 & Aretæus gestatione curabant ibidem
 Stomachi affectionibus curâdis gestatio-
 ne Aetius utebatur 298. c
 Stomacho laborantibus vnctiones exerci-
 tationes, & vociferationes commendat
 Galeus 281. c
 Stomachicos natatio maritima iuuat. 304. c
 Strigiles balnearum quid essent, & ex qua
 materia fierent 30. f
 Studia corpus conseruant sanum 72. a
 Sudores corpus exinaniant ibid.
 Sudor est motu prouocandus, & qua de
 causa 221. b
 Sudor sine motu proueniēs deterior eo est,
 qui à labore prouenit 233. a
 Sudor qua de causa manus excrecentibus
 ex Aristot. sententia effluat 247. c
 Sudor siccus quis fuerit 30. f
 Suetonij locus de remedio harenarum &
 arundinum. Augusti, quomodo sit in-
 telligendus 264. f
 Suffusi oēs colores rubeos iudicant 262. f
 Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gesta-
 tione curabant 297. c

T

Temporis duo sunt gēa, q̄ ab authori-
 bus medicinę naturalia noīant 220. d
 Tempus accidentale quodnam à medicis
 nominetur ibidem
 Temporum constitutiones in exercitandis
 corporibus, quæ sint vitandæ 220. d.
 Tempus nubilum & obscurū exercitatio-
 nibus est ineptum ibid.
 Tempus serenum & lucidum est exercita-
 tionibus aptum 210. f
 Tepidarium in balneo quid esset 40. e
 Tepidarium & laconicum non sunt idem
 apud Vitruuium 41. b
 Tepidarij cur non meminerit Vitruuius lo-
 quens de balneis gymnasiolorum 41. d
 Tetano affectos Hip. authore aqua frigida
 affusa liberat 305. a
 Themison in curandis diuturnis morbis
 exercitatione utebatur 235. b
 Themison medicus reprehendit, q̄ atrophiam
 labo-

laborātes longa ambulatione affligebat
261.c
Themifon methodicorū princeps coxēdi-
cū dolore laborātes equare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica fcripfit 70.c
Thefpi⁹ poeta faltator cur fit vocatus 101.b
Theffalus medicus Neronis ætate floruit
159.a
Theffali qua de caufa centauri funt vocati
167.c
Tyberius Imper. fcimpodio quan doq; ve-
hebatur 177.c
Timonis auia duobus menfibus , fingulis
annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni fub eodem regimento cum mu-
lieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiani pugnis certabāt 107.c
Titus Imp. laubatur, vbi & plebs 16.f
Titus Imp. qua de caufa fit mortuus 47.a
Tonfillas patientibus lufta nocet 146.c
Thoracem haltere lædit. 256.f. & difcus .
257.c
Thorax humidus ambulatione facta calci-
bus incumbendo fanatur 163.a
Thorax difficulter fpirās deambulatione per
accliuē facta iuuat ex Antylli fufia 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterarię exerci-
tationes fiebant, & quę 25.b
Triclinium marmoreum vetuftiffimū Pa-
tauij in edibus Rhamnufianis 56
Tryphon de athletica fcripfit 71.c
Tripudia nra faltationibus antiquorū cor-
refpondēt & in quo ab illis differāt 139.b
Trochus græcus quomodo factus effer no-
bis effer ignotus 162.f. & latinus ibi. &
quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circūfunderetur calor pro-
diens ex hypocausto 43.a
Tubicinibus fpiritu retento peritonęum
rumpitur 280.c
Tumores laxos gellatione Actius curabat
298.c
Tuffis ficca, fpiritu retēto, curfu nō in pul-
uere facta curatur ex Celfi fufia 150.e
Tuffis à frigida caufa orta fpiritus cohibi-
tione curatur 178.f
Tuffis à lentio extinguitur 186.f
Tyberius Imperator omniū primus colis
dolorem expertus 4.f

V

Valerius aper miles cæcus quo reme-
dio, oraculo prenunciante, fuerit à
cæcitare liberatus 3.c
Valeriola recte putat contra Fuchfium, fol

lem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo funt exercendī
209.b. 130.d.
Vafarium quid effer 43.b
Varices patientes faltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti ftare non de-
bent 269.b
Varices quomodo generentur ibi.
Varia lectiones auctoris recognitæ, & au-
ctæ 180.c
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant
ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argē-
to erant infignita 171.a. 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel vi-
ris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Tricli-
nijs fufpendendi mos 54.f
Venatio non folū corpus, fed & animam
deleat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem compa-
randam effer vtilis 186.d. 186.f
Venationes tres funt ex Platonis fententia
186.d
Venationis multę funt fpecies 188.d
Venatio quę nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab
antiquis fieret 188.c
Venatio multis inltumentis opus habet &
in hoc à pila ex Gal. fufia differt 305.c
Venationis fequeltris vtilitas, quę fit, & qui-
bus obfit 106.f
Venationis pedestris vtilitas, & nocumen-
ta 307.b
Venatio effer exercitatio & opus ex Gal. fen-
tentia ibidem
Venę aliquando à faltu valido rumpūtur.
255.a. & à difci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum fit dictum 130.d
Venus conferuat corpus fanum 7.a
Veneti erant vna factio Romana 168.c
Ventre frigidos lufta curat 145.a. & cur-
fus 250.f
Vertiginofos manuū gellulatione cura-
bat Areteus 140.d
Vertiginofos lædit faltatio 240.e. & pila lu-
fus 141.d
Vertiginofi luftam vitare debent. 145.e.
& curfum circularem. 251.f. 262.f. &
trochum. 209.c
Vertiginofos malè curabat Areteus pugi-
laru. 247. c. curabat etiam difci exerci-
tatione 257.c
Verti-

I N D E X

Vertiginosa passio vnde oriatur	262.f	Voci ex humiditate rauæ vociferatio succurrit	281.c
Vertiginosos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant	297.c	Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio malè habenti vociferatio subuenit	281.c
Veredus erat vehiculi species	298.d	Vox quomodo corrumpitur	283.a
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit	54.d	Vomentes vociferatione iuuantur	281.c
Vesicæ lapilli optimè, saltatione extruduntur	240.e	Voracitas immensa, Seneca & Plutar. autoribus, multis nouorum morborum species hominibus genuit	4.d
Vix apud veteres græcos quæ sint	217.c	Vrania quid	85.c
Vigiliæ sanum corpus conseruant	7.a	Vrinæ corpus exinaniant	6.f
Vigilia laborantes lætica vti possunt	299.a	Vrinæ ardor ex cursu augetur	252.d
Viperarum moribus tibiæ moduli profunt, vt Gellius refert se apud Theophrastum inuenisse	283.c	Vtero conuulso ambulatio calcibus incumbendo facta prodelt	263.a
Virgo fons tactu erat iucundissima	50.f	X	
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ	66.f	Xystarca quis nam esset	60.e
Viri tantum apud antiquos accumbebat, non mulieres	53.c	Xylti & xylta quid essent in gymasio	37.b.c
Viri apud antiquos quonam modo accubebant	53.c	Z	
Viri noie quid intelligat hic auctor	218.e	Zosimus libertus sanguinem reiectans nauigatione liberatus est	179.c
Viri sunt ferè omnibus motibus apti	211.f	301.e	
Virus debilitari, & obscuritati gestatio re- trouersa facie facta, Auicenna, auctore, confert	298.d	εργαστος quid sit	84. f. 94. f. eius utilitas.
Vitruuius floruit ætate Cæs. Au. 18. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi.		243.c	
Vlceribus quiete curandis itare & federe aduersantur	138	ἐλεηθῆναι mendicum, & eronem significat.	128.d
Vlceribus internis, Cœl. & Cel. anthoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest	261.c	ἀκροχίρσις quid significet.	146.f. eius vtilitas
Vnctione qui nam vterentur	30.d	276.d. & 147.a	
Vnctionis materia quæ fuerit	32.d	Acrochirismus quomodo fieret	ibid.
Vnctionis finis	33.c	ἀκροχίρσις quid sit	149.a
Vnctio post balnea quid præstabat	32.f	Acrochirismo celte vtebantur	ibid. b
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum	34.d	ἀσκητίζειν	121.b
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui utebatur, & qua de causa	236.d	μηδῆσαι vnde dictum sit	55.b
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta	157.a. b	δῆμιος apud græcos quid sit	20.c
Vociferatio quonam modo fieret	159.b	ἐκπαιδεύειν quid significet	149. b. 201.c. eius utilitas
Vociferationis finis est multiplex	158.f	276.c	
Vociferatio quid sit	156. & quid efficiat.	παιδεύειν quid significet	149. c. 201.c. eius utilitas
159 b. 180.f		276.f	
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare	281.a	παις quid sit	30.f
Vocis abscisso quomodo à Cælio Aureliano curaretur	150.c	γυναικῶν vox est antiquissima, & denudari significat	17 b
Vocis species sunt sex	280.f	γῆρας vnde dicatur	287.a
		κωλύειν gymnasium Athenis quid fuerit	18 c
		ἐνός apud græcos quid sit	21 a
		κοισαλός quid sit	30 f
		φεινδῶ quid sit	84.f
		Δισκαλῶν qui sint	124
		Βιῦσμος instrumenti vertigo epilepsiam inducit	290.d
		Δι᾽ ἑχόν' ἢ ἄλλ' ἢ ἵχ' αἰσῶν	145.f

R E G I S T R V M

* A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes sunt quaterniones præter * et X
qui sunt terniones, et D quinternionem.



V E N E T I I S A P V D I V N T A S
M D L X X I I I .

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

LIBRARY

CHICAGO, ILL.



W
confrontation
low common

special

8-B

22558

2

THE GETTY CENTER
LIBRARY

